



Cocina Monacal

SECRETOS CULINARIOS
de las
HERMANAS CLARISAS

218 RECETAS de 71 MONASTERIOS



Cocina Monacal



AP
641
COC

Hermanas Clarisas

"COCINA MONACAL" de las Hermanas Clarisas

Coordinación: Javier de Sagastizabal, con la colaboración de las Hnas. Ana María y Esther del Monasterio de San Antonio de Padua, en Durango (Bizkaia)

Editado por: ARDATZ, S.L. y S.P.A.M., S.A.

1ª Edición: Diciembre de 1995. 9.000 ejemplares

2ª Edición: Diciembre de 1995. 6.000 ejemplares

3ª Edición: Diciembre de 1995. 11.500 ejemplares

4ª Edición: Enero de 1996. 10.500 ejemplares

© ARDATZ, S.L. y S.P.A.M., S.A.

ISBN: 84-605-4281-5

Depósito legal: 1157/95



Cocina Monacal de las Hermanas Clarisas



COORDINACIÓN
Javier de Sagastizabal

FOTOGRAFÍA
José Luis Galiana

ILUSTRACIÓN
Sor Isabel
Monasterio de la Ascensión del Señor, Lerma (Burgos)

*Portada y contraportada: Monasterio de La Asunción, en Castil de Lences (Burgos)
Guardas: Monasterio de Ntra. Sra. del Espino, en Vivar del Cid (Burgos)*

Desde nuestra condición de artesanos de la cocina siempre hemos afirmado que para confeccionar un plato de calidad se necesitan dos ingredientes fundamentales: la utilización de buenas materias primas y el cariño del cocinero en su elaboración.

Estas recetas de las entrañables Hermanas Clarisas rezuman por todas partes el amor por las cosas bien hechas, el mimo en la elección de productos naturales, y la sabiduría que nace de la experiencia.

El resultado es una excelente guía para la confección de unos platos, accesibles a todas las economías familiares, y de una gran calidad gastronómica.

Para quienes valoramos la sensibilidad como una de las cualidades más importantes del ser humano, leer las páginas que siguen ha sido una auténtica delicia.

Algunas de las anécdotas incluidas en la historia de los monasterios y, sobre todo, la mayor parte de las acotaciones de las recetas, reflejan un modo de ser y de actuar impregnados de la paz, tranquilidad de espíritu y sencillez, de un colectivo de personas con una jerarquía de valores diferente que, cuando menos, invita a la reflexión.

Tenemos que agradecer muy sinceramente a estas religiosas contemplativas que nos hayan permitido acceder a sus secretos culinarios, transmitidos de generación en generación a lo largo de los siglos.

Y a ti, amigo lector, te animamos a elaborarlos con el mismo cariño que las Clarisas ponen cada día en su confección.

Te garantizamos que tu familia y tu cartera lo agradecerán.



Juan María Arzak



Pedro Subijana



Prólogo

La COCINA MONACAL de las Hermanas Clarisas es un trabajo de documentación que recoge las principales recetas de cocina que se elaboran a diario en 71 monasterios de la Orden existentes en España, agrupados en diversas Federaciones.

Han sido las propias religiosas las encargadas de redactar, recopilar y coordinar las recetas, a las que precede una breve introducción histórica de cada monasterio, con la que se amplía el conocimiento de los hábitos, no sólo culinarios sino de vida en general, que caracterizan a cada centro religioso.

En un momento histórico como el actual, cuando ya nada parece escapar al conocimiento del hombre, siguen despertando curiosidad los entresijos que - intuimos - ocultan los lugares reservados a la vida espiritual. De tal misterio se han rodeado durante siglos los conventos y monasterios de todo el mundo, auténticas cunas del saber universal. Las míticas bibliotecas monásticas, cuya riqueza artística y valor histórico e intelectual han sido celosamente custodiadas por clérigos, abades y priores, empiezan a ser progresivamente más accesibles al mundo laico, que acude a tan grandiosa fuente documental para saciar su curiosidad, desvelar posibles incógnitas de su pasado o adquirir conocimientos filosóficos, científicos y humanísticos en su forma más primitiva y pura.

En el caso de la COCINA MONACAL de las Hermanas Clarisas, las Federaciones del país, firmes en su compromiso de asumir una "política de puertas abiertas", facilitan información de primera mano acerca de su pasado histórico y sus hábitos de vida y revelan recetas tradicionales con modos de elaboración prácticos, que garantizan el máximo aprovechamiento de las materias que proporciona la tierra en cada región. El propio lenguaje, sencillo y claro, con el que transmiten su saber, responde a la intención sincera de llegar a todos los hogares españoles. Unos conocimientos que, si bien se han adaptado a la evolución de los tiempos, parten de una tradición antiquísima, ya que su origen data del S. XIII. En efecto, el Lunes Santo de 1212 Francisco de Asís impuso el velo de las vírgenes consagradas a su discípula Clara Favarone, quien fundaría, en la ermita de San Damián, la Orden religiosa que lleva su nombre.

Han pasado ya más de 7 siglos desde aquel primer germen de vida espiritual y los años dedicados a la oración, la caridad y la fundación de nuevos centros, han acumulado en la Orden grandes experiencias humanas, místicas, intelectuales, artísticas y culinarias hasta ahora inaccesibles para nosotros, debido a las barreras impuestas por la rigurosa clausura, propia de las Ordenes contemplativas.

La COCINA MONACAL de las Hermanas Clarisas aparece como una puerta abierta desde la que acceder a ese mundo oculto, entrando por la cocina de cada monasterio, para descubrir su forma de ser y de vivir, mientras nos sugiere el olor de sus guisos.

Lamentablemente, muchas de las fórmulas culinarias conventuales existentes a los largo de la historia se han perdido por unas u otras causas.

Decía un amigo mío, que presumía de laico, que "el único defecto de la famosa Desamortización de Mendizábal, fue la pérdida de multitud de recetas de cocina de los archivos monásticos".

Este régimen claustral, aunque nos resulte extraño a los que vivimos fuera de los monasterios, no ha impedido a las Clarisas conocer el progreso tecnológico de extramuros. Lo demuestra el hecho de que las coautoras de este libro, Sor Ana María y Sor María Esther, ambas del Monasterio de Durango, manejan el ordenador con tanta destreza como el rosario o la aguja de coser. Ellas han sido las responsables del trabajo informático de procesar los textos. También las ilustraciones del libro son obra de una joven clarisa, Sor Isabel, del Monasterio de Lerma.

Las propias religiosas nos han explicado que la finalidad de la edición y publicación de la obra es múltiple: Por una parte, se pretende conservar un patrimonio culinario de inestimable valor, que podría ir perdiendo su contenido debido a que, con el paso de los años, los monasterios y las propias Ordenes Contemplativas se van haciendo cada vez más escasos.

En segundo lugar, se quiere mostrar a las amas de casa una cocina sencilla, económica, tradicional y deliciosa. Es sabido que precisamente la austeridad - característica de las comunidades religiosas - agudiza el ingenio para aprovechar al máximo los recursos, y en este empeño no se conocen personas más eficaces que las monjas.

En tercer lugar, y teniendo en cuenta que desde siempre la cocina se ha considerado la estancia más hogareña y familiar de una casa, desean mostrar su "intimidad", dejando patente que su clausura "es una forma de vida elegida libremente y nunca un medio de ocultar o esconder nada".

Como fin último, las Hermanas Clarisas han expresado su voluntad de que los posibles beneficios de esta publicación se destinen a combatir el hambre en el mundo.

El valor de esta obra como documento histórico-gastronómico no ha pasado inadvertido a dos grandes maestros de la cocina mundial, como son Juan María Arzak y Pedro Subijana, quienes se han dignado prologar este trabajo. En nombre del equipo que ha coordinado el proyecto, se lo agradezco muy sinceramente.



Javier de Sagastizabal

Indice

	Pág.
Saludo <i>Juan M. Arzak y Pedro Subijana.</i>	5
Prólogo <i>Javier de Sagastizabal.</i>	6
Indice <i>Monasterios y recetas.</i>	8
Aguilar de Campoó (Palencia) <i>Patatas a la importancia</i> <i>Patatas a lo pobre</i> <i>Cangrejos del Boedo</i>	12
Alcalá de Henares (Madrid) <i>Pavo o pollo a las peras</i> <i>Sopa de calabaza</i> <i>Muslos de pollo a la piña</i>	15
Alcaudete (Jaén) <i>Tocino de cielo</i> <i>Pastas</i>	18
Almazán (Soria) <i>Migas del Niño Jesús</i> <i>Reforzante. Licor medicinal</i> <i>Retorcidos de Navidad</i> <i>Panecillos de Santa Clara</i>	20
Antequera (Málaga) <i>Sopa de gazpachuelo</i> <i>Pescada (merluza) a la jardinera</i> <i>Porra antequerana</i> <i>Postre de naranja</i>	24
Areatza (Bizkaia) <i>Patatas encebolladas</i> <i>Sorpresas morunas</i>	28
Arnedo (La Rioja) <i>Tempura</i> <i>Almendras garrapiñadas</i>	30
Astorga (León) <i>Rosquillas de Santa Clara</i> <i>Orejas de carnaval</i>	32

	Pág.
Azkoitia (Gipuzkoa) <i>Dulce de manzana</i> <i>Pastas de Santa Clara</i>	34
Baeza (Jaén) <i>Macarrones con caldo</i> <i>Pollo en salsa</i> <i>Pescada (merluza) a la gamba</i>	37
Balaguer (Lleida) <i>Escudella i carn d'olla</i>	40
Belorado (Burgos) <i>Pollo al crapudín</i> <i>Sopa de verduras</i> <i>Plato de bacalao</i> <i>Caldereta</i>	42
Bermeo (Bizkaia) <i>Marmitako</i> <i>Flan de coco</i>	46
Borja (Zaragoza) <i>Crema de tronco de galletas</i> <i>Buñuelos</i>	48
Briviesca (Burgos) <i>Paella</i> <i>Filetes en salsa</i> <i>Pastel de arroz</i> <i>Patatas con bacalao</i> <i>Patatas a la cazuela</i> <i>Alcachofas conventuales</i> <i>Revuelto de huevos con jamón</i>	51
Burgos <i>Pollo al ajillo</i> <i>Carne estofada</i> <i>Merluza en su jugo</i>	56
Cáceres <i>Mazapán de almendra</i> <i>Yemas de San Pablo</i>	59
Calabazanos (Palencia) <i>Pastel de conejo</i> <i>Leche frita</i>	62



Pág.

Campanario (Badajoz)

64

Berenjena con tomate
Bacalao encebollado
Pollo en escabeche
Caldereta de cordero
Morcilla de hígado
Erizo en salsa
Lagarto en salsa
Hepa gras (Foie gras)

Canals (Valencia)

70

Pescadilla al horno
Alcachofas rellenas
Migas de pan
Sopa de barquillo
Princesitas

Cantalapiedra (Salamanca)

74

Corderito pascual en dulce
Empanadillas de dulce

Caravaca de la Cruz (Murcia)

76

Pollo asado

Carrión de los Condes (Palencia)

78

Tarta Luisa
Rosquillas de palo
Amarguillos
Pollo trufado

Castil de Lences (Burgos)

82

Aplastadillas
Sopas tostadas
Bacalao al ajoarriero

Castro Urdiales (Cantabria)

86

Tortitas de patatas
Pastas rizaditas

Castrojeriz (Burgos)

88

Merluza de Navidad
Flan de miga de pan
Rollitos de jamón con puerro
Tarta de manzana
Conserva de fruta al natural
Albóndigas de bacalao
Fritos de arroz
Huevos gigantes

Pág.

Córdoba

93

Souflé de verduras
Patatas duquesas
Flan de castañas
Champiñones a la crema
Flan de arroz Aurora
Souflé de jamón
Carne rellena

Derio (Bizkaia)

98

Mostachones

Durango (Bizkaia)

100

Bacalao Fray Juan de Zumárraga
Empanadillas
Puños de San Francisco
Espárragos frescos en vinagreta
Sopa de ajo clariana

El Toboso (Toledo)

104

Garbanzos manchegos
Pichones rellenos
Croquetas de carne o de pescado

Entrena (La Rioja)

107

Roquitas
Huevos rellenos en salsa
Sabores de La Rioja

Escalante (Cantabria)

110

Gallina frita
Dorada a la sal

Gernika-Lumo (Bizkaia)

112

Patatas rellenas
Merluza rellena
Patatas albardadas

Gijón/Cigales

115

Fabas con almejas
Flan especial
Souflé sorpresa

Hellín (Albacete)

118

La salsa del Obispo



Pág.

Xátiva (Valencia)

Pastas de nueces
Patatas y cebollas al estilo franciscano
Fideos con gambas

120

Lerma (Burgos)

Sopas de berza
Bacalao a la burgalesa
Dulce de albaricoque
Almendrados
Potaje conventual
Sopas de ajo a la burgalesa

123

Llerena (Badajoz)

Alcachofas naturales

128

Medina de Pomar (Burgos)

Huevos a la marinera
Sopa de pescado rápida
Pimientos con anchoas para aperitivo
Ensalada festiva de Santa Clara
Pimientos rellenos, con salsa de chipirones
Coliflor al pan rallado

130

Medina de Rioseco (Valladolid)

Conejo asado al horno con patatas redonditas
Cerezas en dulce
Menestra conventual

135

Medinaceli (Soria)

Huevos verdes
Torrijas (tostadas de pan)

138

Molina de Aragón (Guadalajara)

Sopa de la Reina
Pichones al nido

140

Monzón (Huesca)

Cañas
Crema de puerros
Pastelitos de almendra

143

Nájera (La Rioja)

Sopa de verduras
Ensalada de pimientos del piquillo
Patatas a la riojana

146

Pág.

Nofuentes (Burgos)

Pimientos rellenos
Bacalao frito

150

Olite (Navarra)

Bacalao al ajoarriero
Patatas rebozadas en salsa verde
Menestra de verduras
Pastelitos Santa Engracia

152

Oñati (Gipuzkoa)

Arroz con leche
Rosquillas

156

Oñati (Gipuzkoa)

Tostones
Magdalenas

158

Orduña (Bizkaia)

Postre de copa de kiwi
Merluza al vino blanco
Tostones de Santa Clara

160

Palencia

Cóctel de marisco con cabracho
Pastel de pescado

164

Peñafiel (Valladolid)

Merluza a la valenciana
Lechazo asado en cuartos
Rollo de pollo y piña
Pan de sardinas

166

Pontevedra

Dulce de manzana

170

Portugalete (Bizkaia)

Tarta Mirari
Crema Urioste
Pastel de vainas (judías verdes)

172

Rapariegos (Segovia)

Cordero semiasado
Calabacín estofado

175





Pág.	
178	Ribadeo (Lugo) <i>Fritos de manzana</i> <i>Galletas de nata</i> <i>Bolla de manzana</i> <i>Empanadillas fritas</i> <i>Filetes de pollo</i>
182	Salvatierra (Alava) <i>Manzanas rellenas</i> <i>Ochos de las monjas</i>
184	San Martín de Don (Burgos) <i>Pencas de acelgas rellenas</i> <i>Flanes al baño María</i> <i>Huevos rellenos</i> <i>Conejo conventual</i>
188	Santillana del Mar (Cantabria) <i>Puré de verduras</i> <i>Tableta</i> <i>Buñuelos de gallina</i>
191	Sigüenza (Guadalajara) <i>3 huevos, 28 tortillas</i> <i>Arroz con leche</i>
194	Soria <i>Tarta de queso</i> <i>Roscos huecos</i> <i>Conejo en salsa de tomate y jamón</i> <i>Tarta de almendra</i>
198	Tudela (Navarra) <i>Pasteles de patas de cerdo o ternera</i> <i>Manjar de las Clarisas</i> <i>Alcachofas de Tudela en salsa</i>
201	Valladolid. M. Descalzas Reales <i>Bocados reales</i> <i>Cañas</i>
204	Valladolid. M. Santa Isabel <i>Pastas Isabeles</i> <i>Canutos rellenos de crema</i>
208	Vilasacra (Girona) <i>Mató</i> <i>Buñuelos a la ampurdanesa</i>

Pág.	
210	Villafranca del Bierzo (León) <i>Caldo de calabaza</i> <i>Sequillos</i>
212	Villaverde de Pontones (Cantabria) <i>Quesada pasiega</i> <i>Helado</i> <i>Sobaos pasiegos</i> <i>Bombones helados</i>
216	Vitoria-Gazteiz. M. Inmaculada <i>Revuelto de guisantes</i> <i>El buen caldo</i> <i>Ensaladilla</i> <i>Carne en salsa</i> <i>Pollo casero al ajillo y pimientos</i>
220	Vitoria-Gazteiz. M. Santa Clara <i>Tortilla rellena de bechamel</i> <i>Tarta de pasas</i> <i>Petits-choux</i>
223	Vivar del Cid (Burgos) <i>Redondo de vacuno</i> <i>Pichones</i> <i>Sopa de sémola de trigo</i> <i>Dulce de pera</i> <i>Plum-cake de nueces</i> <i>Queso de nueces</i>
228	Zamora <i>Arroz con corteza</i> <i>Huevos a la española</i>
231	Zarautz (Gipuzkoa) <i>Conejo al horno</i> <i>Formas de aprovechar las gallinas viejas</i>
234	Localización geográfica de los monasterios
236	Índice temático de las recetas
238	Consejos monacales



AGUILAR DE CAMPOÓ

REAL CONVENTO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla ubicado en la margen izquierda del Pisuerga, en una fértil huerta rodeada de riscos y montañas. Ha sido declarado recientemente de Interés Cultural Histórico-Artístico, junto con la Villa de

Aguilar de Campoó, donde se ubica.

Fue fundado para los franciscanos a mediados del S. XV, por D. Juan Manrique, Conde de Castañeda y Señor de Aguilar.

Monasterio de Santa Clara, en Aguilar de Campoó (Palencia).



Patatas a la importancia

El origen de las Clarisas se encuentra en un eremitorio sito en Santa María de Camesa, a 3 kms. de Aguilar. Fue fundado por Dña. Catalina Enríquez, madre del primer Marqués de Aguilar, D. Garcí Fdez. Manrique, en el año 1473.

A petición de la primera Abadesa Dña. Catalina de Guzmán, venida de Santa Clara de Zamora para esta fundación, Sixto IV concedió el traslado del Convento de Camesa al de San Francisco de Aguilar, que se realizó el 30 de octubre de 1485.

La Comunidad ha sufrido dos exlaustraciones. La primera durante la Guerra de la Independencia, en la que el convento se convirtió en cuartel general para las tropas. La segunda en 1868, donde las 11 religiosas residentes fueron acogidas en el Convento de Santa Clara de Astudillo.

El monasterio ha sido restaurado en su práctica totalidad con el esfuerzo de la Comunidad en los 20 últimos años. Destacan por su belleza la recoleta iglesia del S.XV y el acogedor patio externo monacal.

El principal medio de subsistencia de las 50 religiosas que vivimos actualmente es la repostería. Cultivamos una pequeña huerta para autoconsumo y algo de venta. Varias hermanas realizan obras de arte sacro.

Es una receta típica de nuestra comarca. La elaboramos en las fiestas de Navidad y durante todo el verano.

INGREDIENTES para 6 personas:

1 kg. de patatas pequeñas redondas
3 huevos
3 dientes de ajo
2 l. de agua
harina
2 pastillas de caldo de carne
sal, aceite, cebolla y colorante vegetal

ELABORACION:

De las patatas: se pelan las patatas, se cortan en rodajas gruesas y se pasan por harina y huevo batido. Se fríen en aceite no muy caliente, sin dejarlas pasar del todo. Se colocan en una cazuela cubriéndolas de salsa, y se cuecen. Se deja que reposen lentamente.

De la salsa: se pican cebolla y ajo en trozos muy menudos y se ponen al fuego en aceite para que se vayan rehogando. Se añade harina y se sigue rehogando hasta que se doren. Se añaden agua, caldo de carne, pimienta, colorante y sal, sin dejar de dar vueltas.

Se sirven en fuentes un poco hondas, bien cubiertas de salsa.  1





2

Patatas a lo pobre Cangrejos del Boedo

Se trata también de un plato muy típico de la comarca, del que no se conoce la época ni la autora.

INGREDIENTES:

1 kg. de patatas
1 cebolla mediana
sal, aceite, vinagre y perejil

ELABORACION:

Se pelan las patatas, se cortan en rodajas un poco gruesas, se fríen con la cebolla despacio para que no se pasen y sin dar vueltas apenas para que no se deshagan. Al final se rocían de vinagre y se espolvorean de perejil.

Se sirven en fuentes llanas, frías o calientes, según los gustos y la época.

Esta receta es propia de la zona, de la que somos un gran número de monjas.

INGREDIENTES:

Cangrejos - según la fortuna del pescador -, ajo, perejil, laurel, aceite, sal, pimienta, guindilla y alguna otra especia que guste, como clavo, nuez moscada...

ELABORACION:

En una cazuela con bastante aceite se fríen mucho ajo picado, perejil, y laurel. Se incorporan los cangrejos una vez bien lavados y se rehogan.

Se añaden agua, pimienta, sal, algo de guindilla, las especias y más aceite. Se dejan cocer un rato y estarán listos para servir.

2





ALCALÁ DE HENARES

MONASTERIO DE NTRA. SRA. DE LA ESPERANZA



En 1401 un sacerdote dejó en testamento 12 ducados para la construcción de un hospital para pobres. Con tan escasa fortuna no podía emprenderse la obra, en vista de lo cual sus albaceas decidieron levantar un convento, que se llamó el Beaterio de Santa Librada, formado por 4 religiosas, una de las cuales era de Alcalá de Henares.

El acendrado espíritu religioso de esta Comunidad no pasó inadvertido al Cardenal Cisneros, quien inició la construcción de uno nuevo que las albergara, pero la obra quedó inacabada debido a su fallecimiento.

Este nuevo convento se llamó de Santa Clara, cuya Regla fue abrazada por la Comunidad en 1515. Dos siglos después el edificio amenazaba ruina y unos nobles portugueses, los Barones de Silveira, lo restauraron, dedicando la iglesia a Nuestra Señora de la Esperanza.

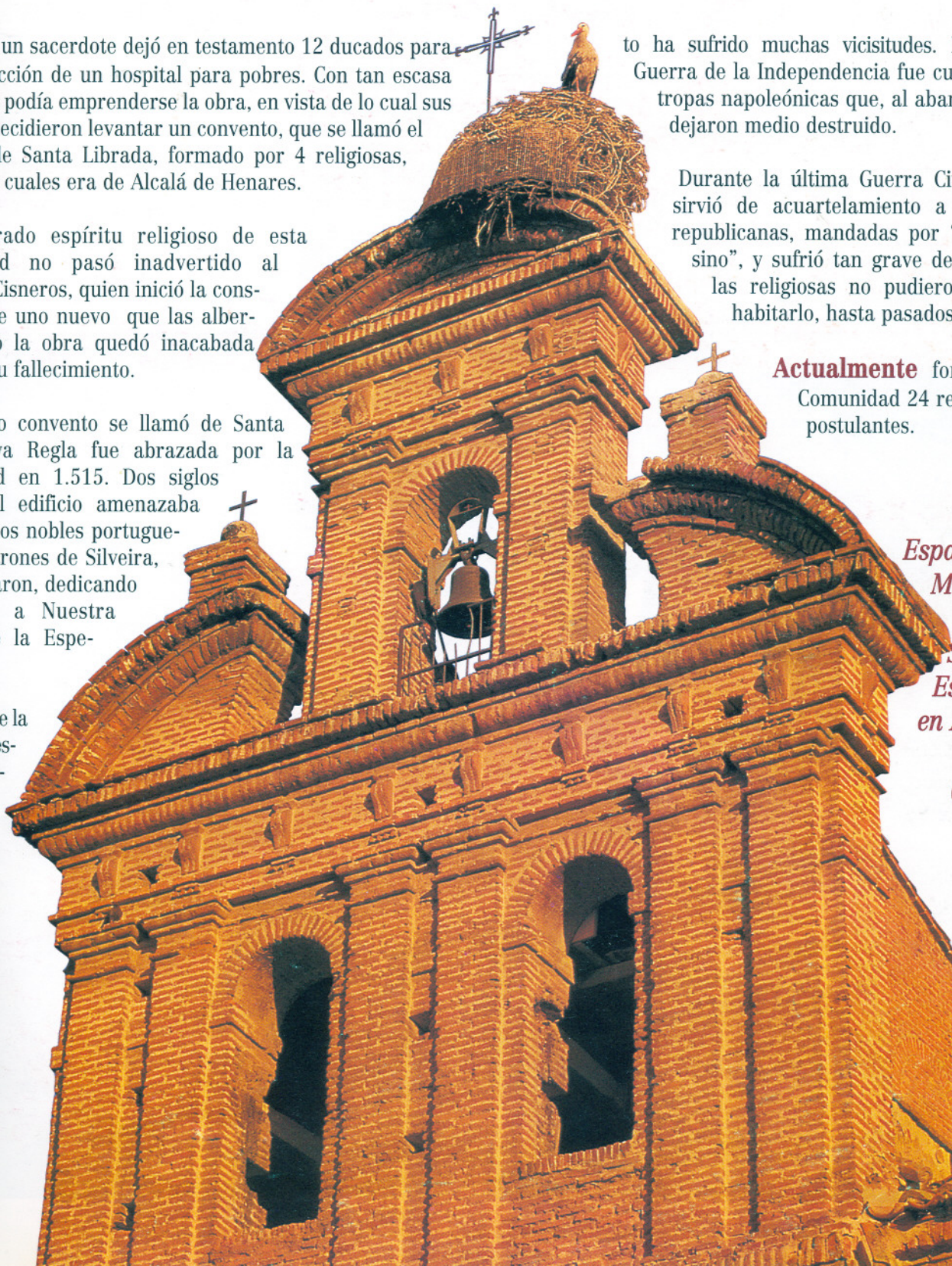
A lo largo de la historia nuestro conven-

to ha sufrido muchas vicisitudes. Durante la Guerra de la Independencia fue cuartel de las tropas napoleónicas que, al abandonarlo, lo dejaron medio destruido.

Durante la última Guerra Civil también sirvió de acuartelamiento a las tropas republicanas, mandadas por "El Campesino", y sufrió tan grave deterioro que las religiosas no pudieron volver a habitarlo, hasta pasados dos años.

Actualmente formamos la Comunidad 24 religiosas y 3 postulantes.

Espadaña del Monasterio de Ntra. Sra. de la Esperanza, en Alcalá de Henares (Madrid).



Pavo o pollo a las peras

Este es un plato que antiguamente se reservaba para las grandes solemnidades, ya que el pollo era artículo de lujo. No sabemos cómo se incorporó al recetario del convento pero puede ser que su origen sea portugués, e introducido por los Barones de Silveira.

INGREDIENTES para 6 personas:

6 peras de agua
espinacas
6 filetes de pollo o pavo
1 paquete de nata líquida
1/2 vaso de vino de Oporto
1 copa de brandy
4 dientes de ajo
aceite, sal y mantequilla o margarina

ELABORACION :


Se cuecen las espinacas con sal y al final de la cocción se escurren y se ponen en una sartén para rehogarlas con la nata líquida.

Una vez rehogadas se ponen en el fondo de una bandeja para que sirvan de lecho al pavo o al pollo.

Se pelan las peras y se despepitan, haciendo gajos que se fríen en mantequilla hasta que queden bien doraditos. Se colocan a lo largo del perímetro de la bandeja donde se han depositado las espinacas rehogadas con la nata.

Se pican los ajos, se fríen y con ellos también los filetes que, una vez doraditos, se depositan en la bandeja sobre las espinacas.

De la salsa:

Al aceite donde se han frito los filetes, se añaden la mantequilla sobrante, nata líquida, el brandy y el vino de Oporto, dejando cocer todo en la misma sartén y moviendo la mezcla para que ligue. Si hubiera dificultad para hacerlo, se puede recurrir a la harina. La salsa se vierte sobre los filetes y, si sobra, se coloca en una salsera.  1



1

Sopa de calabaza

Este plato se prepara en este monasterio desde hace mucho tiempo, aunque no se conoce quién lo introdujo. Se elabora durante la temporada de la calabaza, como entrada en los días de vigilia.

INGREDIENTES para 6 personas:

600 grs. de calabaza
2 cebollas
1 pizca de azafrán
1 puñado de arroz
1 sobre de queso rallado
aceite y sal

ELABORACIÓN:

Se pone a cocer la calabaza en la olla, agregándole la sal.

Una vez cocida, se tritura.

En una sartén se hace un refrito de cebolla y azafrán, que se añade a la olla para que continúe cociendo. Más adelante se agrega un puñado de arroz.

Antes de servir se cubre con queso rallado.

 2



Muslos de pollo a la piña

Este plato es de reciente introducción en nuestro convento y nos lo han recomendado los familiares de las religiosas.

Se elabora en cualquier época del año.

INGREDIENTES para 6 personas:

6 muslos de pollo
1 bote de piña natural
4 cebollas
aceite y sal

ELABORACIÓN:

Se unta la bandeja de horno con aceite y se colocan las cebollas cortadas en juliana. Sobre ellas se ponen los muslos de pollo.

Sobre cada muslo se coloca una rodaja de piña y la piña sobrante y el zumo se pasan por el triturador y se vierten sobre el pollo.

A continuación se introduce la bandeja al horno caliente y se espera a que se haga.





ALCAUDETE

MONASTERIO DE SANTA CLARA



En la foto superior, Monasterio de Santa Clara, en Alcaudete (Jaén). Abajo a la izquierda, lápidas decoradas por la Madre Abadesa. A la derecha, retablo restaurado por las actuales religiosas.

El Monasterio de Santa Clara se halla en el centro del casco antiguo de la Villa de Alcaudete, en la Provincia de Jaén.

Fue fundado el día 21 de setiembre de 1499 por Bula del Papa Alejandro VI. Los promotores fueron D. Alfonso Fernández de Córdoba, Señor de la Casa de Monte Mayor, y su esposa Dña. María de Velasco, Condesa de Siruela. Trajeron como fundadoras, procedentes del Monasterio de Córdoba, a Sor Leonor de Monte Mayor, hermana del fundador, que llevó consigo a Sor Luisa de Sandobal, para Maestra de Novicias, y a otras 4 religiosas.

Profesaron en el monasterio 8 hermanas del Fundador, 8 nietas del Conde D. Martín y otras 2 sobrinas, hijas del Conde de San Esteban.

En la Guerra Civil, las religiosas de la Comunidad tuvieron que abandonar el monasterio y refugiarse en casas de familiares. El convento se convirtió en cuartel y fue duramente bombardeado hasta su casi total destrucción. Al no disponer de medios económicos para reconstruirlo, el Obispo de la Diócesis autorizó a 2 religiosas a postular por todos los pueblos de España con el fin de conseguir dinero para su rehabilitación.

Se comenzó por la iglesia, de la que sólo quedaban las paredes y la portada con columnas salomónicas del S. XVII. De su interior habían desaparecido el retablo barroco, el techo de artesonado mudéjar, el órgano del coro alto y todas las imágenes talladas de gran valor artístico. Hace pocos años hemos mejorado el retablo, dorándolo con pan de oro a 9 m. de altura.

Formamos la Comunidad 10 hermanas. Subsistimos con el trabajo de bordados en oro a máquina y toda clase de labores.




Tecino de cielo Pastas

Este es un postre delicioso que preparamos los días de fiesta. Con él obsequiamos también a nuestras visitas. No se conoce la fecha en la que se introdujo en el monasterio. Puede prepararse en cualquier época del año.

INGREDIENTES para 6 personas:
4 tazas y media grandes, de agua
4 tazas grandes, de azúcar
8 yemas
6 huevos enteros

ELABORACION:

El agua y el azúcar se ponen en un cazo al fuego, y cuando rompe a hervir, se tiene 25 minutos, dejándole enfriar. Cuando ya esté frío se batan los huevos, se les agrega el azúcar que se ha hervido y se vierte el conjunto sobre un recipiente de aluminio redondo, previamente untado con azúcar acaramelado. Se cuece al baño María en el horno. Cuando esté frío se extrae del molde, se deposita sobre una bandeja y se sirve.  1

Estas pastas las hacemos en las fiestas navideñas y se guardan durante meses en una bolsa de plástico, conservándose perfectamente.

INGREDIENTES:

2 kg. de harina
1/2 l. de aceite de oliva crudo
1/2 l. de manteca de cerdo derretida
3/4 kg. de azúcar
1 copita de anís
3 huevos
almendra molida gorda, al gusto

ELABORACION:

Se mezclan todos los ingredientes y se batan. Se añaden la harina y la almendra. A continuación, se extiende la masa y se corta con moldes de formas variadas: redondas, triangulares... Se pinta por encima cada porción con un pincel untado en huevo batido y se cuece a horno fuerte.





ALMAZÁN

MONASTERIO DE SANTA CLARA



La fundación de nuestro Monasterio de Santa Clara se produjo en el S. XIII. Sin embargo, el primer documento escrito que delata la presencia de este convento es de 1295, cuando el Rey Fernando IV, el Emplazado, confirma todos los privilegios que disfrutaba la Comunidad.

Durante el primer tercio del S. XVI cambió su ubicación, de extramuros a su emplazamiento actual.

En el S. XVII las religiosas tuvieron que afrontar dos voraces incendios que destruyeron casi totalmente el edificio.

A la izquierda, acceso a la iglesia del Monasterio de Santa Clara, en Almazán (Soria), conocido como "Puerta del Conde". Arriba, sector de las murallas de la Villa denominado "Rollo de las Monjas".

Migas del Niño Jesús

El primero ocurrió el 9 de diciembre de 1650 y el segundo tuvo lugar el 4 de enero de 1651. En 2 años se construyó un monasterio de nueva planta, gracias a la generosidad del Marqués de Almazán y a los fieles de la Villa. La Comunidad se instaló en el nuevo edificio el 10 de agosto de 1663.

En el S. XIX la Desamortización de Mendizábal afectó notablemente al convento, perdiendo las monjas la mayoría de sus ingresos anuales. Sus bienes patrimoniales comenzaron a venderse en pública subasta a partir de 1838. Las hermanas vivieron años de una extrema pobreza subsistiendo gracias a la ayuda del pueblo de Almazán.

La Revolución de 1868 trajo nuevos vientos desamortizadores para las órdenes religiosas. Nuestras antepasadas subsistieron gracias al Ayuntamiento de la Villa.

El año 1885 el monasterio inauguró un Colegio de Primera Enseñanza que se cerró en 1926.

En 1902 las monjas tuvieron que abandonar el convento a causa de su estado ruinoso. Se construyó uno nuevo con el apoyo del Obispo de Sigüenza, Fray Toribio Minguella y Arnedo. El 1 de julio de 1904 la Comunidad ocupó el nuevo edificio.

Durante la Guerra Civil, las monjas fueron desalojadas del monasterio que pasó a ser cuartel de soldados italianos y posteriormente hospital.

Actualmente formamos la Comunidad 11 religiosas. Trabajamos en el lavado, arreglo y planchado de ropa de iglesia, en la elaboración de hostias y en la artesanía.


Reforzante. Licor medicinal

Este plato es de gran tradición en nuestro convento y lo servimos en la cena de Nochebuena. Acompañado de chocolate o leche resulta riquísimo.

INGREDIENTES para 4 personas:

1/2 kg. de pan
1/4 l. de aceite, aproximadamente
2 cucharadas de canela
azúcar al gusto

ELABORACION:

Se preparan como las migas de pastor. Cuando estén hechas se les añaden el azúcar y la canela en la misma sartén y se mezcla todo bien.  1

Un vasito de este licor por las mañanas hace milagros. Así evitamos los catarros y las gripes durante el duro invierno.

INGREDIENTES:

6 huevos
1/2 kg. de azúcar
el zumo de varios limones
coñac o brandy

ELABORACION:

En un recipiente de cristal se colocan los huevos con cáscara, bien limpios. Se cubren con zumo de limón y se tienen así 3 ó 4 días hasta que la cáscara esté blanda.

Se retiran, se cascan y se batien bien con el azúcar. Se cuean y se depositan en una botella llenándola de coñac o brandy. Se deja al sol y al sereno durante 9 días.



R Retorcidos de Navidad

Se trata de un plato de gran tradición en nuestro convento, que constituye el postre de la comida de Navidad.

INGREDIENTES para 6 personas:

3 huevos
1/4 l. de aceite, previamente frito y dejado enfriar
1/4 l. de vino rancio
1/4 l. de aguardiente
1/4 kg. de azúcar
1/4 kg. de harina

ELABORACION:

Se baten los huevos con el aceite y el azúcar. Se agrega el vino rancio y el aguardiente, se añade la harina y se amasa hasta que quede una pasta blanda.

Se coge un poco de la masa y se extiende con el rodillo formando láminas de medio centímetro de espesor. Preparadas así encima del mármol, se cortan con un cuchillo tiras de unos 30 cms. de longitud por 2 cms. de anchura. Con los dedos pulgar e índice de las dos manos se retuerce cada tira al aire, se juntan sus puntas, y se vuelve a retorcer para que quede como un cordón. Se frien en abundante aceite bien caliente.



Panecillos de Santa Clara

Se trata de una preparación muy antigua, típica del día de Santa Clara, con la que obsequiamos a nuestras visitas.

INGREDIENTES para 200 panecillos:

4 huevos
1/2 l. de aceite
1 l. de leche
1 l. de agua
1/2 kg. de azúcar
80 grs. de levadura artificial
1 cucharadita de bicarbonato
3,5 kgs. de harina y ralladura de limón

ELABORACION:

Se baten los huevos con el azúcar y el aceite. Se añaden la leche y los demás ingredientes y se amasa la mezcla como el pan. La pasta ha de quedar más bien blanda.

Se cubre esta masa con un paño y se deja bien abrigada en un lugar templado, hasta que aumente al doble de su volumen. Entonces se forman los panecillos y se colocan en las placas del horno.

Se les da dos cortes en forma de cruz y se dejan reposar para que suban. Se mantienen al horno un poco fuerte durante 30 minutos.

 2





ANTEQUERA

MONASTERIO DE SANTA CLARA DE LA PAZ



Nuestro Monasterio de Santa Clara de la Paz fue fundado en el año 1603 por Dña. Francisca de Navarrete y Osorio, quien destinó para ello 89.996 reales. Se iniciaron las obras el año 1601, en un solar de la actual calle Santa Clara. Las primeras 4 religiosas vinieron del Convento de Estepa.

No se conservan datos históricos sobre el desarrollo de la vida de la Comunidad entre 1603 y 1841 año en el que, debido a las medidas desamortizadoras, las religiosas tuvieron que abandonar el monasterio y repartirse por otros lugares.

Esta exclaustación duró hasta 1859, fecha en la que la Comunidad volvió a reunirse en un nuevo convento, llamado de Belén, que fue comprado a los PP. Carmelitas por 25.000 escudos, ya que el primero había sido malvendido por el Gobierno.

Las obras de rehabilitación del edificio fueron posibles gracias a las aportaciones de diversos bienhechores locales.

La entrada en esta nueva sede tuvo lugar el 14 de enero, en una solemne procesión que partió del Monasterio de la En-

carnación y en la que participaron autoridades civiles y eclesiásticas.

Durante el S. XIX se produjo una nueva exclaustación, como consecuencia de la revolución de 1868, que obligó a las religiosas a repartirse por los diversos conventos de la ciudad, pudiendo finalmente reencontrarse el 4 de marzo de 1869.

Durante el S. XX la vida monacal se desarrolló con normalidad hasta el advenimiento de la Segunda República.

Una vez más, el 13 de mayo de 1931 la Comunidad se vio obligada a abandonar el monasterio, pudiendo regresar 4 días más tarde gracias a los buenos oficios del Alcalde de la ciudad. Esta nueva situación se repitió durante 11 días a partir del 5 de agosto de 1936.

Contamos actualmente con una huerta de 3.000 m² que, junto con una pequeña granja, nos proporcionan sustento y selectas materias primas para la elaboración de los famosos mantecados, base de nuestra economía.



En la página anterior, fachada principal del Monasterio de Santa Clara de la Paz, en Antequera. (Málaga). A la izquierda, exterior de una celda orientada a la calle Fresca.

Sopa de gazpachuelo

Se trata de un plato muy tradicional del monasterio que, con ligeras variaciones, se prepara también en toda la comarca.

No se conoce la época en la que se introdujo en el recetario conventual, ni quién fue su autora.

Puede prepararse en cualquier época del año, especialmente para aprovechar las sobras de pescado de la víspera.

INGREDIENTES para 6 personas:

3 yemas de huevo

3 dl. de aceite de oliva

pescado cocido o restos de la víspera

agua, sal y vinagre o zumo de limón


ELABORACION:

Con las yemas de los huevos y el aceite de oliva se hace una mayonesa, que se deposita en un recipiente.

Por otra parte, se hierve el agua con la sal y el vinagre o limón.

Antes de efectuar la mezcla de la mayonesa con el agua, la sal y el vinagre - proceso del que hablaremos más adelante - se puede aprovechar para cuajar las claras de los huevos. Se consiguen echándolas al recipiente donde hierven dichos ingredientes. Se hace durante el momento de la ebullición. Una vez cuajadas las claras se desmenuzan y servirán para adornar la sopa. Se van añadiendo poco a poco el agua con la sal y el vinagre a la mayonesa. Se agregan con mucho cuidado para que no se corte. Es preciso no dejar de batirla despacio ni un sólo momento.

Se depositan en el fondo de una sopera el pescado desmenuzado y desespinado, unos panes fritos y las claras cuajadas. Sobre ellos se vierte la mezcla de la mayonesa con el agua.

Este plato se sirve caliente. Esta operación requiere también especial cuidado. Debe hacerse a fuego muy lento y sin dejar de remover con una cuchara de madera.  1



Pescada a la jardinera

Este plato es de gran tradición en nuestro monasterio y se reservaba para las grandes solemnidades. Hoy en día, el empleo de pescados congelados lo hace más asequible.

La merluza o pescada puede sustituirse por bacaladilla.

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de merluza cortada en lonchas de 2 cms. de espesor
patata, pimiento, tomate, cebolla, ajo, aceite y sal
especias al gusto

ELABORACION:

Se cubre el fondo de una cazuela con la patata cortada en rodajas finas, poniéndose encima las lonchas de merluza, que se cubren con el tomate - pelado, despepitado y troceado -, la cebolla y el ajo, ambos picados.

Se pone a hervir al fuego y, si se quedase seca, se añade un poco de agua. Se pinchan las patatas con un tenedor. Cuando estén blandas se retira la cazuela, lista para servir.



2

Porra antequerana

INGREDIENTES:

pan seco sobrante
aceite de oliva
ajo y sal
tomate, pimiento y huevos

ELABORACION:

De víspera se pone el pan a remojo con poca agua. Al día siguiente se deposita en la batidora y se le añaden los tomates pelados, despepitados y cortados en trozos y los pimientos troceados. Algunos le añaden en ese momento un par de huevos crudos.

Se le echa un poco de ajo - 2 dientes - y un poco de sal.

Se añade también el aceite despacio para que se distribuya bien.

Se bate y se deposita en un recipiente. Su aspecto exterior debe ser claro, por lo que, si está oscuro, se le añade agua.

En el momento de servir se decora con un huevo cocido troceado o jamón picadito.



2

Postre de naranja

INGREDIENTES:

3 naranjas de buen tamaño
1/4 kg. de azúcar
12 nueces
nata

ELABORACION:

Se pelan las naranjas y se cortan en rodajas finas que se distribuyen alrededor de una fuente. Con el azúcar se obtiene caramelo, que se pone sobre las rodajas de naranja.

Se monta la nata y se deposita en el hueco que habrá quedado en el centro de la fuente.

Las nueces, después de peladas, se colocan sobre la nata montada.



AREATZA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla situado en un lugar del corazón del Valle de Arratia, denominado Zubizarra, junto a la Villa de Areatza - hasta hace pocos años Villaro -, fundada por Juan Núñez de Lara, Señor de Bizkaia, en honor de su mujer María Díaz de Haro (Villa de Haro o Villaro).

Desde principios del S.XVI existía una Comunidad conocida con el nombre de "Beatas de la Tercera Orden de San Francisco". El 14 de setiembre de 1627, las Beatas hicieron el voto de clausura, encerrándose definitivamente. Probablemente entonces adoptó el título de "Convento de Santa Isabel de Villaro", porque vinieron dos hermanas del Convento de la Santísima Trinidad de Bergara, que profesaban la Regla de Santa Isabel. El paso a la Orden de Santa Clara fue en el S. XIX o con anterioridad, dado que no lo recuerdan ni las más antiguas religiosas de la Comunidad.

En 1661 se inició la construcción de la nueva iglesia conventual, que es la que existe actualmente.

El 6 de agosto de 1794, durante la Guerra de la Convención, se refugiaron en este monasterio 17 religiosas Concepcionistas de Arrasate (Gipuzkoa). Estuvieron 4 años. Durante la I Guerra Carlista vinieron 7 monjas del Convento de la Concepción de Bilbao, ocupado por las tropas.

El 17 de mayo de 1892 se iniciaron las obras del actual monasterio. El edificio y la iglesia son de piedra de mampostería en sus muros y de sillería en los cantos. Tiene 29 celdas y ha sido restaurado recientemente.

En la Guerra Civil, las religiosas tuvieron que abandonar el convento refugiándose en las casas de sus familiares.

Actualmente somos 13 hermanas. Para el sustento diario cuidamos la huerta y atendemos a los párrocos del Valle de Arratia en el suministro de formas y lavado de ropa. Además, trabajamos en el troquelado de hombreras.

Monasterio de Santa Clara, en Areatza, antigua Villaro (Bizkaia).

Patatas encebolladas


Esta receta la empleamos para aprovechar las patatas pequeñas de nuestra huerta difíciles de pelar. El plato, además de sencillo y económico, resulta riquísimo.

INGREDIENTES:

2 kgs. de patatas pequeñas
2 cebollas grandes y sal

ELABORACION:

Después de haberles quitado bien la tierra a las patatas, se ponen a cocer en agua. Una vez cocidas, se pelan y se pican como para elaborar una ensaladilla, colocándolas en una cazuela de barro. Se sazonan.

En una sartén se fríe abundante cebolla y cuando esté pochada se echa a la cazuela donde están las patatas y se mezcla todo bien, metiéndose al horno. Se tapan para que no se sequen y se sirven calientes.  1



Sorpresas morunas

Es un postre de reciente introducción en nuestro monasterio.

INGREDIENTES:

300 grs. de arroz
2 l. de leche
un poco de mantequilla
azúcar, canela
1 tableta de chocolate, "de hacer"

ELABORACION:

Se prepara un arroz con leche, que quede seco, al que se añade un poco de mantequilla. Se vierte en moldes individuales y una vez que esté a la temperatura ambiente, se mete al frigorífico. Se prepara un chocolate hecho al que se añade mantequilla para que adquiera más brillo. Se vacían los moldes de arroz con leche en platos individuales y por encima se les echa el chocolate caliente.





ARNEDO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



El Monasterio de Santa Clara se encuentra en Arnedo, centro neurálgico de la comarca del Valle del río Cidacos, en la Comunidad Autónoma de La Rioja.

Fue fundado el año 1537 por unas piadosas señoras arnedanas que comenzaron "a vivir en recogimiento y espirituales ejercicios" formando, a su modo, una Comunidad y tomando el hábito de la Tercera Orden Seglar de San Francisco. Adoptaron el nombre de "Beatas de Santa Isabel", que era patrona de la Villa.

En 1561 quedó formada la nueva Comunidad de Clarisas, junto a las murallas de Arnedo.

En el término de Orenzana, en la hermosa vega del Cidacos, con vistas a la Peña de Isasa y a 2 kms. del casco urbano, se alza el nuevo Monasterio de Santa Clara construido en 1967 y que ocupa una superficie de 7.684 m². Dentro de la sobriedad franciscana, es acogedor, sano y funcional. Tiene una hermosa huerta con toda clase de árboles frutales donde las religiosas cultivamos también hortalizas para nuestro consumo.

Actualmente somos 17 hermanas y nuestro medio fundamental de subsistencia es el trabajo textil para una fábrica de zapatillas, la confección de cortinas, el bordado a máquina y la elaboración de formas para el culto.



*Arriba, Monasterio de Santa Clara,
en Arnedo (La Rioja). Abajo,
paseando por la huerta.*

Tempura

Se trata de un plato japonés introducido en este monasterio por una monja japonesa, miembro de nuestra Comunidad.

Puede prepararse en cualquier época del año. Es un plato muy sabroso y de fácil digestión.

INGREDIENTES:

6 puerros
2 ó 3 cebollas, según su tamaño
6 zanahorias grandes
harina
huevo para rebozar
aceite y sal

ELABORACION:

Se separa la parte verde de los puerros de la parte blanca. De ésta, se hacen 3 trozos que se pican a lo largo, en tiras finas semejantes a las angulas, y se colocan en una fuente. Se agrega la sal y se añaden 4 ó 5 cucharadas de harina, de forma que los puerros queden bien cubiertos.

Se baten los huevos con sus claras y se mezclan con los puerros y la harina, moldeando una especie de "hamburguesas" que se fríen en aceite por arriba y por abajo, hasta que estén doradas.

Con las cebollas, una vez cortadas en juliana, se sigue el mismo procedimiento que el indicado para los puerros.

Lo mismo se hace con las zanahorias, una vez peladas y cortadas en tiras.

Se sirven calientes.  1



Almendras garrapiñadas

Se trata de un postre de uso generalizado en nuestra zona. En Arnedo se producen muchas almendras y suponemos que la función de esta receta es el aprovechamiento de los excedentes de este fruto.

INGREDIENTES:

almendras: cualquier cantidad
azúcar: igual cantidad que de almendras
1 copa colmada de anís, por cada kg. de almendra

ELABORACION:

Se pican las almendras, separando las cáscaras. Se toma la misma medida de azúcar y la mitad de agua, añadiendo el anís.

Se mezclan todos los ingredientes en una sartén grande. Se van dando vueltas sin parar con un utensilio de madera hasta que queden las almendras bien impregnadas de la mezcla, pero secas, sueltas y brillantes.

A continuación se colocan sobre una mesa de mármol para despegarlas en caliente, de forma que queden separadas.

Una vez frías se meten en frascos de cristal donde se pueden conservar mucho tiempo en perfecto estado.





ASTORGA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Arriba, momento
de oración.
Abajo, campanario
del Monasterio de
Santa Clara, en
Astorga (León).*



Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla situado en San Andrés, extramuros de la bimilenaria ciudad de Astorga.

A pesar de haber sufrido dos voraces incendios, su biblioteca cuenta con 63 pergaminos y valiosos legajos.

El primer documento relativo a su fundación es el Breve del Papa Alejandro IV, dado en Viterbo en 1258, por el que se pide al Sr. Obispo de Astorga "una buena acogida para las Clarisas de Salamanca que van a fundar a esa ciudad".

Su primera Abadesa fue la Madre María Alfonsa, discípula de nuestra Madre Santa Clara.

El S. XIX fue especialmente accidentado. La invasión napoleónica obligó a las religiosas a abandonar el monasterio varias veces y en 1810 el general Santocildes, mandó incendiarlo por los cuatro costados para que no sirviera de refugio a los invasores.

Tras penosos avatares de las religiosas, fue reabierto en 1816.

Pocos años más tarde llegó la Desamortización que nos privó de nuestros bienes y rentas, prohibiéndose además nuevas profesiones. En esta situación la Comunidad se redujo a 5 monjas.

También fueron especialmente duros para este monasterio los años de la Segunda República. Sin embargo, por los años 50, el número de religiosas llegó a 48.

Actualmente somos 25 y una novicia. Nuestro medio de subsistencia es el trabajo auxiliar para una fábrica de corsetería de la zona.



Rosquillas de Santa Clara

Este plato se puede preparar en cualquier época del año. En este monasterio se viene haciendo desde hace varias generaciones.

INGREDIENTES:

Por cada huevo utilizado:

3 cucharadas soperas, de azúcar
3 cucharillas, de levadura en polvo
una taza - tamaño café -, de aceite de oliva
una copa de anís
harina, la que pida

ELABORACION:

Se baten los huevos junto con el azúcar. Después se les agregan el aceite, el anís y la levadura, batiéndose todo con mucho cuidado para que no se formen grumos.

Una vez bien mezclados estos ingredientes, se añade la harina paulatinamente hasta que la masa no se adhiera a los dedos.

Se moldean unas bolas del tamaño de una nuez, a partir de las cuales, y por el mismo procedimiento, se obtienen las rosquillas que deben freírse en aceite bien caliente y abundante.

Las rosquillas fritas se depositan sobre un papel absorbente para que desaparezcan los restos del aceite.



Orejas de carnaval

Se trata de un plato típicamente maragato.

INGREDIENTES:

Por cada huevo utilizado:

1 vaso de vino blanco
1 cucharada sopera, de manteca de cerdo
1 copa de anís
4 cucharillas, de levadura
un poco de sal
harina, la que pida

ELABORACION:

Se baten el huevo, la sal y la manteca hasta que esta última quede bien deshecha, añadiéndose seguidamente el vino, el anís y la levadura. Se bate de nuevo.

Cuando esté bien batido, se va agregando la harina hasta que la masa no se pegue a los dedos.

Mediante un rodillo se extiende la masa sobre una mesa de mármol dejándola muy fina. Con un cuchillo, se corta la masa en trozos pequeños, ya que crecen mucho al freír.

Esta operación debe efectuarse en aceite muy caliente y abundante.

Una vez fritas, se rocían de azúcar a gusto de cada uno.





AZKOITIA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se levanta en un hermoso llano - cruzado de norte a sur por la regata de Elustondo - en el centro de la Villa de Azkoitia (Gipuzkoa).

Fue fundado por D. Francisco de Zuazola, hijo del Comendador D. Pedro de Zuazola y de Dña. María de Idiaquez, Señores de la Casa Solar de Floreaga. En su testamento del 2 de octubre de 1589 dice: "Se funde un Monasterio de la Orden de San Francisco en su pueblo de Azkoitia".

Comenzó la obra en 1590. La arquitectura de ladrillo del Monasterio de Santa Clara imita las formas de una sólida

construcción de piedra. El estilo es elemental y primario, propio del arte popular vasco.

Sus grandes cuerpos forman un impresionante cuadrilátero, con patio interior, amplios pasillos y espaciosas celdas con artonados y toscas puertas.

La Comunidad la integramos 12 hermanas. Nuestros principales medios de subsistencia son la confección de géneros de punto, el bordado, lavado y planchado de ropa blanca de la Parroquia y de algunos particulares, así como el cultivo de una fértil huerta, que tiene toda clase de frutas y hortalizas.



*En la página anterior, claustro del Monasterio de Santa Clara, en Azkoitia (Gipuzkoa).
Abajo, figura de la Virgen en el patio conventual.*



Dulce de manzana

Aunque puede elaborarse en cualquier época del año, nosotras lo preparamos durante la temporada de las manzanas. Empleamos las piezas un poco "tocadas", no utilizables en fresco. Las cantidades varían en función de la cosecha, aunque en este caso indicamos una receta para obtener unos 4 kgs. de dulce. Puede conservarse durante mucho tiempo.

INGREDIENTES:

3 kgs. de manzanas, preferentemente ácidas
2 kgs. de azúcar

ELABORACION:

Las manzanas se pelan, se despepitan y se trocean. Después, se cuecen al vapor - con el mínimo posible de agua -, para confeccionar la mermelada.

Con el azúcar se obtiene el caramelo añadiendo un poco de agua y removiéndolo constantemente para que no se queme.

Cuando el caramelo esté a punto, se mezcla con la mermelada obtenida de la cocción de las manzanas, que previamente se habrá pasado por el pasapurés.

Esta mezcla se coloca en un molde al baño María durante 15 minutos aproximadamente. Una vez frío, se extrae del recipiente.

No conviene utilizar manzanas excesivamente maduras, ya que el dulce quedaría demasiado blando.



Pastas de Santa Clara

Esta receta tiene una antigüedad de varios siglos.

Puede cocinarse en cualquier época del año.

INGREDIENTES:

6 huevos hermosos
700 grs. de harina
700 grs. de azúcar
mantequilla o margarina

ELABORACION:

Se baten los huevos con el azúcar hasta formar una masa espumosa. En ese momento se añade la harina y se trabaja todo el conjunto hasta lograr una masa espesa.

Con una cuchara se hacen unos montoncitos que se colocan sobre una placa de horno que previamente habrá sido untada con mantequilla o margarina.

En el momento de colocar los montoncitos sobre la placa hay que cuidar que la masa no se esparza.

Se meten al horno donde se cuecen a temperatura moderada.





BAEZA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Arriba a la izquierda, patio del Monasterio de Santa Clara, en Baeza (Jaén). A la derecha, religiosas del convento. Debajo, sala de estar.

Nuestro Monasterio de Santa Clara de Baeza fue fundado en 1583 por el Obispo de Jaén D. Francisco Sarmiento de Mendoza.

El edificio era notable por su construcción. Destacaba su excepcional claustro interior. Durante la Guerra Civil quedó en estado ruinoso.

Con posterioridad se han acometido las obras de restauración más indispensables.

El monasterio fue durante muchos años archivo del Seminario. Su fondo documental histórico también desapareció con motivo de la citada Guerra Civil.

Este hecho y la circunstancia de que todas las religiosas actuales ingresamos en la Orden después del año 1940, justifican que apenas dispongamos de datos sobre el pasado del convento.

Actualmente subsistimos gracias a los trabajos de costura.

Macarrones con caldo

Este plato puede prepararse en cualquier época del año. Según la estación en la que nos encontremos se pueden añadir o suprimir determinadas verduras, ya que es una receta que admite variaciones. Su introducción en nuestro recetario es relativamente reciente.

INGREDIENTES:

1/2 kg. de macarrones
2 cebollas blancas hermosas
1 cabeza de ajo
perejil
tomate despepitado
alcachofas o en su defecto, cualquier verdura
un poco de bacalao desmigado
pimentón, especias amarillas y sal
laurel, al gusto

ELABORACION

Se cuecen los macarrones con cebolla, zanahoria, unos ajos aplastados, especias y sal. Antes de que terminen de cocer totalmente se les quita el agua.

En una sartén se fríe cebolla, se añaden ajos majados con perejil, el tomate despepitado, las alcachofas troceadas - y/o cualquier otra verdura -, el bacalao y, si se desea, especias.

Toda esta fritura se vierte sobre los macarrones y se dejan un poco al fuego, hasta que terminen de hacerse.

De acuerdo con la cantidad y el tiempo de remojo del bacalao se decide la cantidad de sal a añadir.



Pollo en salsa

Este plato puede prepararse en cualquier época del año. No se conoce la fecha precisa en la que se introdujo la receta en el monasterio, pero se lleva cocinando durante varias generaciones.

INGREDIENTES:

1 pollo de tamaño grande
harina
1 pastilla de caldo
1 cebolla blanca hermosa
3 dientes de ajo
1 vaso de vino blanco
aceite, sal y especias, al gusto
huevo cocido, para decorar

ELABORACION:

Se parte el pollo en trozos grandes que se pasan por harina y se frien. Se depositan en una cazuela, en cuyo lecho se habrán colocado la cebolla cortada en rodajas, los ajos, las especias, el vino blanco, el agua y la pastilla de caldo. Se pone al fuego hasta que termine de hacerse. Para servir se adorna con huevo cocido cortado en rodajas.



Pescada (merluza) a la gamba

Este plato puede prepararse durante todo el año. La merluza puede ser sustituida por cualquier pescado similar: bacalao fresco, lenguado, gallo...

INGREDIENTES:

6 rodajas de merluza
2 cebollas blancas
4 dientes de ajo
1 vaso de vino blanco
1 puñado de gambas
12 almejas
huevos cocidos y espárragos, para decorar
perejil, especias amarillas, pimienta blanca y sal


ELABORACION:

Se pasa el pescado por harina y se fríe ligeramente, vuelta y vuelta. Se deposita en una cazuela. En el aceite donde se ha frito el pescado, se pocha la cebolla picada, que se distribuye por encima de la merluza.

En una sartén se frien unos dientes de ajo majados con perejil, especias amarillas, pimienta molida, gambas crudas y almejas, añadiéndoles el vaso de vino blanco, la sal y, si es necesario, agua.

Cuando las gambas se han hecho y las almejas se han abierto - desechando las que no se abran -, se vierte todo en la cazuela en la que están la merluza y la cebolla.

Se tiene un poco de tiempo al fuego hasta que la merluza termine de hacerse, y se presenta en la misma cazuela.

En el momento de servir puede decorarse con unos huevos cocidos y espárragos, o ambas cosas.  2





BALAGUER

REAL MONASTERIO DE NTRA. SRA. DE ALMATÁ Y STO. CRISTO



Nuestro Real Monasterio se halla en la cima de un montículo, cuyo antiguo nombre era Almatá, próximo a la ciudad de Balaguer (Lleida) y perteneciente a la Diócesis de Urgel.

El convento ha sido destruido en varias ocasiones al encontrarse en un lugar estratégico. Las únicas obras valiosas que

actualmente se conservan son las imágenes del Santo Cristo y de la Virgen de Almatá. De la iglesia románica se mantienen la puerta principal y el rosetón.

En tiempo de los árabes fue mezquita y después de la Reconquista pasó a ser la Parroquia de Balaguer.

Real Monasterio de Ntra. Sra. de Almatá y Sto. Cristo, en Balaguer (Lleida).

Actualmente es el Santuario del Santo Cristo.

Según afirman los historiadores Camós, Feliù de la Peña y los cronistas franciscanos Batlle y Coll, el monasterio se edificó de 1257 a 1260. Tuvo otras 2 fundaciones. La primera entre 1350 y 1360 y la segunda en 1622. Se ignoran los motivos por los que no prosperaron.

Sus primeros fundadores fueron los Condes de Urgel, D. Alvaro de Cabrera y Dña. Cecilia de Comenge, por disposición del testamento de su esposo D. Jaime de Urgel, hijo de Alfonso IV, Rey de Aragón. La tercera fue patrocinada por el Muy Leal Ayuntamiento de Balaguer.

El cronista Batlle describe la primera fundación de la siguiente manera: "Uno de los Condes de Urgel, por nombre Armengol - con la denominación de Armengol se conoce en Cataluña a San Hermenegildo -, que en aquellos tiempos vivía en el castillo de Balaguer, quiso salir a librar batalla contra los moros que cercaban el recinto. El ejército del que disponía era muy reducido y en cambio el de sus enemigos era muy poderoso. Después de haberse encomendado a la Virgen con mucha devoción, pidiéndole su ayuda en tan apurado trance, la Madre del Salvador le habló diciendo: "No tengas miedo, ten buen ánimo. Yo estaré a tu lado en la batalla, si después de obtenida la victoria me prometes fundar un monasterio de Santa Clara en este llano de Almatá". Cumplió la promesa, fundó el monasterio y les dejó a las monjas la imagen de Ntra. Sra. de Almatá".

Nuestros medios actuales de subsistencia son los trabajos de pintura, la confección de bordados, el planchado de ropa y en ocasiones, la venta de huevos de una pequeña granja.



Escudella i carn d'olla

Se trata de un plato de gran raigambre en Cataluña, que se prodigó mucho después de la Guerra Civil debido a la escasez de alimentos.

INGREDIENTES:

1/2 kg. de garbanzos
1/4 kg. de berza picada
2 patatas hermosas, en trozos pequeños
1 puñado de arroz
1 puñado de fideos
carne de la que haya: gallina, cerdo, vacuno de calidad inferior...

ELABORACION:

Se ponen los garbanzos a remojo de víspera, para que cuezan más fácilmente.

Se ponen a cocer y se va añadiendo la carne. Más tarde, la berza, las patatas, el arroz y los fideos.

Cuando los garbanzos estén blandos se separa la carne y el resto se sirve en una "escudella" - en castellano escudilla -, que es un plato profundo y de poco diámetro.

La "carn d'olla" - carne de olla - se sirve como segundo plato acompañada de salsa de tomate o pimientos.



1





BELORADO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en un extenso valle bañado por el río Tirón, en la Villa de Belorado, provincia de Burgos.

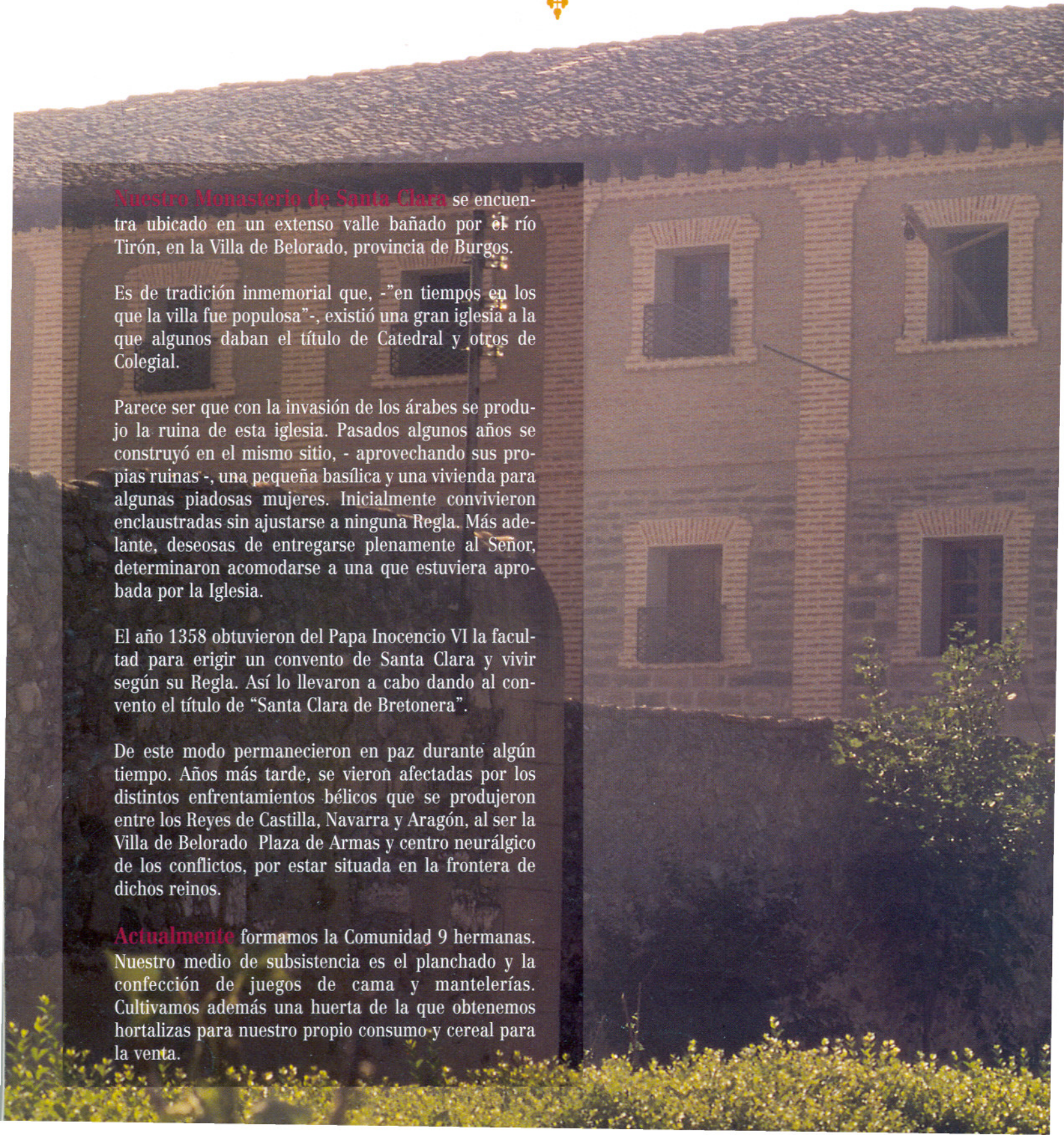
Es de tradición inmemorial que, -"en tiempos en los que la villa fue populosa"-, existió una gran iglesia a la que algunos daban el título de Catedral y otros de Colegial.

Parece ser que con la invasión de los árabes se produjo la ruina de esta iglesia. Pasados algunos años se construyó en el mismo sitio, - aprovechando sus propias ruinas -, una pequeña basílica y una vivienda para algunas piadosas mujeres. Inicialmente convivieron enclaustradas sin ajustarse a ninguna Regla. Más adelante, deseosas de entregarse plenamente al Señor, determinaron acomodarse a una que estuviera aprobada por la Iglesia.

El año 1358 obtuvieron del Papa Inocencio VI la facultad para erigir un convento de Santa Clara y vivir según su Regla. Así lo llevaron a cabo dando al convento el título de "Santa Clara de Bretonera".

De este modo permanecieron en paz durante algún tiempo. Años más tarde, se vieron afectadas por los distintos enfrentamientos bélicos que se produjeron entre los Reyes de Castilla, Navarra y Aragón, al ser la Villa de Belorado Plaza de Armas y centro neurálgico de los conflictos, por estar situada en la frontera de dichos reinos.

Actualmente formamos la Comunidad 9 hermanas. Nuestro medio de subsistencia es el planchado y la confección de juegos de cama y mantelerías. Cultivamos además una huerta de la que obtenemos hortalizas para nuestro propio consumo y cereal para la venta.



*Real Monasterio
de Santa Clara,
en Belorado (Burgos).*





Pollo al crapudín


Es un plato de gran tradición en nuestro monasterio donde se prepara en cualquier época del año y desde hace mucho tiempo.

INGREDIENTES:

1 pollo, de buen tamaño
3 pimientos morrones
2 tomates
1 taza de aceite
1 vaso de vino blanco
50 gr. de mantequilla o margarina
ajo, sal, pimienta negra molida y limón.

ELABORACION:

Se corta el pollo en pedazos no muy grandes. Se sazona con sal y ajo y se pone en una cazuela. Se pican muy finos los pimientos y los tomates y se agregan al pollo. Después se añaden la taza de aceite, el vino blanco, la pimienta y la mantequilla.

Se pone la cazuela al fuego bien tapada y con un papel de estraza debajo de la tapadera. Se tiene al fuego una hora. En el momento de servir se separa con una cuchara la grasa sobrante y se añade un chorro de limón.  1

Sopa de verduras

Plato de bacalao

INGREDIENTES:

1/4 kg. de zanahorias
2 puerros
1 ramita de apio
1/2 kg. de acelgas
1/2 kg. de patatas
4 cucharadas de aceite
1 ramita de perejil picado
1,5 l. de buen caldo de carne y sal

ELABORACION:

Se limpian y trocean las zanahorias, los puerros, el apio y las acelgas. En un recipiente se calienta el aceite y se incorporan las verduras, añadiendo agua hasta cubrir. Se deja cocer a fuego lento unos minutos. Seguidamente, se añade la patata y se deja cociendo unos 20 minutos más. A continuación se quita la verdura, se pasa por el pasapurés, se deposita en una cazuela, se vierte el caldo sobre ella, se sazona de sal y se le da un hervor. Se retira y se sirve caliente.

INGREDIENTES:

3/4 kg. de bacalao
3/4 kg. de tomate frito de bote
1/4 kg. de pimientos de bote, en tiras
1/4 l. de aceite
1 plato con harina y sal

ELABORACION:

Durante 36 horas se mantiene en remojo el bacalao, previamente troceado, cambiándole el agua 3 ó 4 veces. Cuando se vaya a guisar, se rebozan las tajadas en la harina dándoles una vuelta en la sartén. A continuación se pasan a una cazuela de barro, donde se añaden el tomate y las tiras de pimiento. Se dejan cocer suavemente durante unos 10 minutos, y se comprueba el punto de sal.

Se sirve caliente.  2



Es un plato asturiano introducido en nuestro repertorio por una religiosa de esta tierra. Lo preparamos en las grandes solemnidades, ya que resulta un poco caro. Admite toda clase de pescados y mariscos. Los ingredientes que citamos son orientativos.

INGREDIENTES:

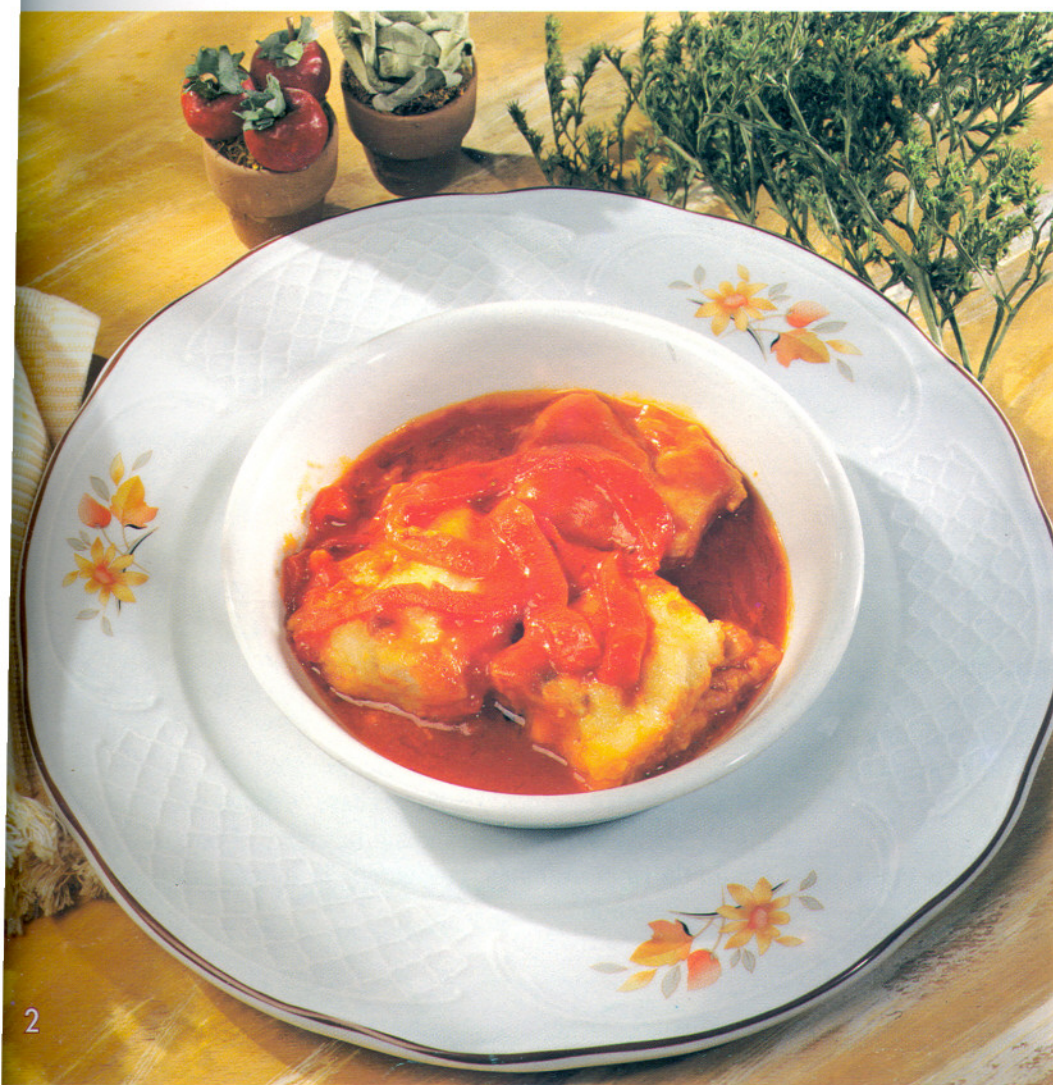
Pescados y mariscos como: salmonetes, lenguados, lubinas, julias, fanecas, pescadillas, almejas, mejillones, camarones...
Cebolla, pimientos morrones, tomate en salsa
2 nueces peladas y machacadas.
2 clavos de especias, aceite y sal
vino de Jerez.

ELABORACION:

Se coloca una capa de pescado en el fondo de la cazuela y se cubre con una mezcla que se habrá elaborado previamente con la cebolla, los pimientos morrones la salsa de tomate y las nueces peladas y machacadas. A continuación, se coloca otra capa de pescados y mariscos y de nuevo se cubre con la mezcla, y así sucesivamente. Se termina con una capa final de la mezcla.

Se le añade una copita de vino de Jerez y 2 clavos de especias.

Se rocía con aceite fino y se tapa herméticamente para que hierva a fuego moderado.





BERMEO

MONASTERIO DE NUESTRA SEÑORA DE ARÁNZAZU



El Monasterio de Nuestra Señora de Aránzazu se halla en el extremo occidental de la Villa pesquera de Bermeo (Bizkaia), al final de la calle de San Martín.

La idea de crear un Monasterio de Franciscanas en esta Villa surgió con motivo del VI Centenario del Convento de San Francisco de Bermeo, fundado en 1357. El 13 de setiembre de 1959 tuvo lugar la bendición y colocación de la primera piedra de la nueva fundación.

La inauguración del edificio se llevó a cabo el día 6 de enero de 1962. Las primeras moradoras fueron 10 hermanas pro-

cedentes del Convento de Santa Ana de Oñati.

El 6 de enero de 1963 pasó a la Orden de Santa Clara, junto con la Comunidad de Oñati de la Tercera Orden Regular profesando la Regla de Urbano IV para las Clarisas. El 6 de diciembre de 1974 las religiosas abrazaron la Regla de Santa Clara.

Actualmente somos 12 hermanas. Vivimos del fruto de nuestro trabajo. Nos dedicamos a bordar y al lavado y planchado de ropa. Además, cultivamos la huerta para nuestro propio consumo.

Monasterio de Nuestra Señora de Aránzazu, en Bermeo (Bizkaia).

Marmitako

Se trata de uno de los platos más universales de la gastronomía vasca.

Originariamente constituía la comida de los marineros en los barcos dedicados a la pesca del bonito.

Si se emplean cantidades generosas constituye una comida de "plato único" durante el verano, de la misma forma que la fabada en invierno.

Su época de preparación - de junio a octubre - coincide lógicamente con la temporada de pesca del bonito.

INGREDIENTES:

1 kg. de bonito

1 kg. de patatas

4 pimientos verdes choriceros frescos

12 pimientos choriceros rojos secos

2 cebollas de buen tamaño

3 ó 4 dientes de ajo

aceite y sal

guisantes, picante, y tomate, como ingredientes opcionales.

ELABORACION:

En una cazuela se doran la cebolla, el ajo y los pimientos verdes picados y despepitados y se les añade, si se quiere, el picante.

En un puchero aparte se ponen a remojo los pimientos choriceros abiertos y despepitados, reservando el agua una vez que los pimientos se hayan ablandado. Estos pimientos se pasan por el pasapurés y se obtiene una salsa que se reserva para añadirla a la cazuela cuando se haya dorado la cebolla.

Por otra parte se limpia el bonito, quitando los pellejos, las espinas y aquellas partes en las que resulte difícil separar la carne del hueso.

Estos despojos se cuecen en el agua donde se han remojado los choriceros.

Una vez limpio, se corta en dados de 1 ó 2 cms. de lado.

El agua de la cocción de los despojos se añade a la cazuela, y se agregan las patatas cortadas en dados de igual tamaño que el bonito.



Flan de coco

INGREDIENTES:

6 huevos

1 bote de leche condensada

el mismo volumen de leche normal

150 grs. de coco rallado y azúcar

ELABORACION:

Se prepara el caramelo, más bien oscuro, con 3 cucharadas de azúcar y 3 de agua y se coloca en el molde una vez haya adquirido consistencia. Se separan las yemas de las claras. Se batan las yemas, y las claras a punto de nieve. A las yemas batidas se les añaden la leche condensada y la leche normal, el coco rallado y las claras batidas a punto de nieve. Se mezcla todo bien y se vierte en el molde.

Se pone al baño María durante media hora pasada.

También puede hacerse en el horno. Así el flan quedará más tostado.



BORJA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Monasterio de Santa Clara, en Borja (Zaragoza).

Nuestro Monasterio está situado en Borja - la antigua Bursao romana - en el Somontano del Moncayo, en Zaragoza.

Fue fundado en el año 1603, siendo Justicia de Borja D. Jaime de Aguilar. La ciudad asumió hacer un convento de monjas, "proveyéndoles de todo lo necesario para comer y vestir, en la salud y en la enfermedad, por todo el tiempo de sus vidas."

Llevaron a cabo la fundación religiosas del Real Convento de Santa Catalina de Zaragoza. El 8 de mayo de 1609 se trasladaron 19 hermanas al monasterio que la ciudad les había edificado junto a la Iglesia de San Miguel.

En febrero de 1687 la Villa de Borja cedió en favor del Convento de Santa Clara todo el derecho que tenía o pudiera llegar a tener sobre la ermita de San Sebastián y construyó una nueva iglesia. Con la ermita de San Sebastián, el monasterio adquirió su retablo, con una imagen del Santo.

En 1750, el convento se amplió para acoger nuevas vocaciones. Pocos años después, la Comunidad llegó a estar formada por más de 50 religiosas.

Entre las muchas hermanas distinguidas por su espíritu de santidad, hay que citar a la M. María Salinas, cuya biografía escribió el P. Torres. También destacaron Sor Antonia Rada y las Hnas. Sallent.

Entre 1934 y 1935 se hizo la obra del entarimado de la iglesia, altar, gradería y sagrario, y se colocó la verja. En 1977 se derribó una parte del edificio que se encontraba en estado ruinoso y el terreno se destinó para jardín y huerta.

Actualmente formamos la Comunidad 12 hermanas que vivimos de la confección de ropa.



Crema de tronco de galletas

No conocemos con exactitud la fecha en la que esta receta se introdujo en el monasterio, aunque la disfrutamos desde hace más de 50 años. Se puede preparar en cualquier época del año. En nuestra casa es el postre de los domingos.

INGREDIENTES:

1 paquete de galletas redondas
200 grs. de mantequilla o margarina
100 grs. de azúcar
3 yemas de huevo
2 claras, a punto de nieve
4 cucharadas de coñac o brandy
un poco de café descafeinado soluble
coco rallado
leche

ELABORACION:


Se trabaja la mantequilla hasta obtener una mezcla cremosa a la que se añaden las yemas y el café descafeinado disuelto en coñac o brandy y el azúcar.

Después de mezclarlo todo bien se añaden las claras batidas a punto de nieve.

Las galletas se bañan ligeramente en leche para que no se rompan. Se coloca primero una galleta que se cubre con una capa de la crema. Se coloca otra galleta y otra capa de crema y así sucesivamente.

Una vez obtenido un cilindro grueso, se unta todo alrededor con la crema y se espolvorea por encima coco rallado.

Se guarda en el frigorífico y se sirve frío al día siguiente.

A la hora de servir se corta el tronco como si fuera chorizo o salchichón.  1





2

Buñuelos

Es un plato tradicional en las grandes solemnidades del monasterio. Se introdujo en nuestro recetario hace más de un siglo, aunque no se sabe la fecha exacta ni el nombre de la autora.

INGREDIENTES:

6 huevos
3 tazas de agua
3 tazas de harina
1 taza de aceite
azúcar y canela en polvo

ELABORACION:

Se prepara una masa con harina y agua y se escalda para que quede bien fina. Se deja enfriar, se añaden los huevos y se bate hasta conseguir una mezcla homogénea.

Por otra parte se tiene una sartén con el aceite frito al que se ha dejado enfriar. Se pone al fuego.

Antes de que se caliente excesivamente, se van echando con una cuchara trozos de masa del tamaño de una nuez, que se fríen a fuego muy lento para que salgan huecos.

A la hora de freír hay que respetar escrupulosamente la regla de la fritura cuyo enunciado dice que "nunca debe quedar vacía la sartén, para

que no se eleve en exceso la temperatura del aceite".

Una vez fritos los buñuelos se espolvorean con azúcar y canela.  2





BRIVIESCA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Arriba a la izquierda, acceso al interior del Monasterio de Santa Clara, en Briviesca (Burgos). Abajo, locutorio. A la derecha, fachada e iglesia del convento.

Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla situado en Briviesca, provincia de Burgos.

Fue fundado por un grupo de mujeres piadosas que abrazaron la Regla de Santa Clara en el S. XV y a quienes el Papa Eugenio IV concedió la correspondiente Bula. Fueron ayudadas en este propósito por la Condesa de Haro, Dña. Beatriz de Manrique, quien dispuso que el convento fuera de Santa Isabel.

Por Bula del Papa Pío II pasó a la Orden de Santa Clara. En esta Bula se autorizaba la construcción de otro monasterio que no se viera afectado por las inundaciones del río. De ello se encargó Dña. Mencía de Velasco, hija de D. Pedro, Condestable de Castilla y nieta de Dña. Beatriz de Manrique.

El convento cuenta con dos hermosos patios, uno de ellos de estilo castellano que ha sido restaurado recientemente.

La iglesia gótico-renacentista es de gran belleza. Destaca particularmente el retablo - obra de Pedro López de Gámiz - conocido como "El Escorial de los Retablos", y finalizado en 1569.

Las religiosas se han visto obligadas a abandonar el monasterio en dos ocasiones. La primera con motivo de la invasión napoleónica, - cuyas tropas lo convirtieron en cuartel - y la segunda con la Desamortización de Mendizábal. En aquella ocasión fueron acogidas por el Ayuntamiento, que construyó unas celdas en su propio edificio, conservadas hasta hace pocos años.

Actualmente formamos la Comunidad 11 hermanas. Subsistimos gracias a la lavandería y al cultivo de una pequeña huerta.

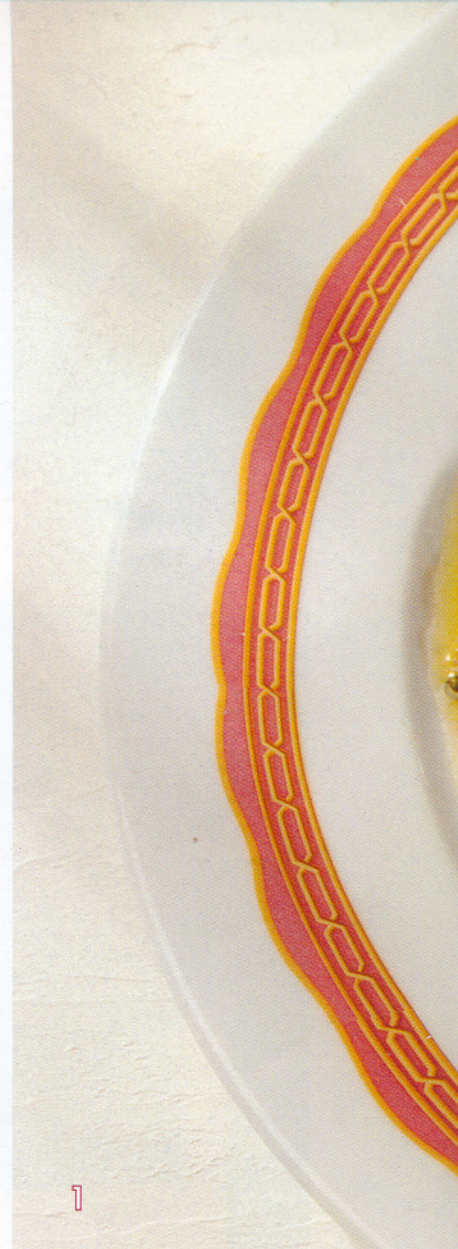


INGREDIENTES:

400 grs. de arroz
8 dl. de caldo de carne
100 grs. de guisantes de lata
1 chorizo, al que se suprime la piel y se corta en rodajas algo gruesas
100 grs. de jamón en taquitos
2 pimientos rojos de lata
50 grs. de aceitunas verdes
50 grs. de aceitunas negras deshuesadas
1 diente de ajo picado
1 dl. de aceite
6 hebras de azafrán
100 grs. de cebolla
sal

ELABORACION:

Se vierte el aceite en la paellera y se arrima al fuego. Cuando esté caliente se rehoga la cebolla y el ajo, agregando el resto de los componentes, incluido el arroz. Se mezcla todo muy bien con una cuchara de palo. Seguidamente se añade el caldo hirviendo, al que se habrán incorporado previamente unas hebras de azafrán. Se mueve la paellera por las asas para que el conjunto se distribuya de forma homogénea, manteniéndolo primero a fuego fuerte y luego más lento, durante 20 minutos aproximadamente. Se comprueba el punto de sal. Cuando ya está hecho el arroz, se retira del fuego y se deja reposar durante 5 minutos antes de servir.





Filetes en salsa

Este plato se prepara en cualquier época del año. En nuestro monasterio se cocina desde tiempo inmemorial.


INGREDIENTES:

1 kg. de filetes de novillo
 2 dientes de ajo
 6 zanahorias finas
 1 bote de champiñones o setas naturales
 1 bote de guisantes
 1/2 cebolla
 huevo y harina para rebozar
 1 vaso de vino blanco o tinto, opcional
 1/2 vaso de agua

ELABORACION:

Se pasan los filetes por harina y huevo, y se fríen en una sartén ligeramente por ambos lados. Una vez fritos se depositan bien extendidos en una cazuela grande.

En el aceite sobrante de la fritura se fríen la cebolla picada, los ajos, las zanahorias cortadas en rodajas muy finas y los champiñones troceados. Se añaden el agua y un vaso de vino y se dejan hervir un poco en la misma sartén.

A continuación se vierte la salsa sobre los filetes, haciéndoles hervir lentamente hasta que estén tiernos. Un momento antes de servir se añaden los guisantes.  1



Pastel de arroz

Se trata de un postre que puede prepararse en cualquier época del año. En nuestro caso lo incluimos en el menú de los días festivos.

INGREDIENTES:

125 grs. de arroz
80 grs. de azúcar
30 grs. de mantequilla
15 grs. de pasas de Corinto
15 grs. de frutas confitadas
1,25 l. de leche
3 huevos

ELABORACION:

Se cuece el arroz con la leche removiéndolo bien para evitar que se agarre y se queme. Después de cocido se deja enfriar y se le añaden el azúcar, la mantequilla, las pasas bien limpias, las frutas cortadas en trocitos, 3 yemas de huevo y 2 claras batidas a punto de nieve.

Se mezcla todo bien y se coloca en un molde untado con mantequilla. Se deja cocer al baño María durante 35 minutos, en el horno a 200°.



Patatas con bacalao

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de patatas
200 grs. de bacalao
2 cebollas medianas
4 pimientos rojos, en tiras
1 dl. de aceite y sal

ELABORACION:

El día anterior se desmiga el bacalao y se pone en remojo en agua fría, cambiándola 4 veces. Cuando se vaya a guisar, se retira y se seca hasta eliminar el agua. Se pelan, lavan y trocean las patatas, disponiéndolas en una cazuela de barro honda. En una sartén se vierte el aceite, se calienta y se rehoga la cebolla, incorporando seguidamente el bacalao y el pimiento. Esta fritura se añade a la cazuela con las patatas. Por último, se cubren con agua, dejándolas hervir suavemente durante unos 30 minutos, hasta que las patatas estén tiernas. Se dejan reposar un ratito y se sirven calientes.



Patatas a la cazuela

INGREDIENTES:

1 kg. de patatas nuevas, de pequeño tamaño
3/4 kg. de guisantes
6 huevos
1 dl. de aceite
3 dientes de ajo picaditos
1 ramita de perejil picada y sal

ELABORACION:

Se pelan las patatas y se ponen en agua. En una cazuela de barro se vierte el aceite, se arrima al fuego y se fríen los ajos sin dejar que se doren. Se añaden los guisantes desgranados, las patatas y el perejil, cubriéndolo todo con agua. Se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos hasta que las patatas estén tiernas, sin dejar de mover el contenido de la cazuela para que no se peguen, y sazonando de sal. Se cascan y se incorporan los huevos, disponiéndolos en la superficie uno a uno, debiendo quedar las yemas blandas. Se sirven calientes.

Alcachofas conventuales

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de alcachofas
1 cucharada de vinagre
4 cucharadas de aceite
150 grs. de jamón en taquitos y sal

ELABORACION:

Se suprimen las hojas externas de las alcachofas, eliminando puntas y rabos. Se parten en dos mitades y se ponen en un poco de agua con una cucharada de vinagre para que mantengan el color. Se dejan cocer.

En una cazuela de barro se rehogan los tacos de jamón con un poco de aceite caliente. Una vez cocidas las alcachofas se incorporan a la cazuela de barro. Se añade un poco de agua de la cocción, y se deja que hiervan despacio durante 20 minutos, comprobando el punto de sal. Se sirven calientes.



Revuelto de huevos con jamón

INGREDIENTES:

200 grs. de jamón
6 huevos
500 grs. de patatas
2 cebollas pequeñas
2 pimientos morrones
250 grs. de salsa de tomate frito
1/4 l. de aceite y sal

ELABORACION:

Se corta el jamón en tacos y se fríe ligeramente en un poco de aceite caliente. Se reserva. En el mismo aceite se rehoga la cebolla muy picada sin que llegue a dorarse. Se pasa a una cazuela, se incorporan los taquitos de jamón y el pimiento troceado, así como la salsa de tomate. Se sazona de sal el conjunto y se deja cocer durante 5 minutos.

Se agregan los huevos batidos y se mezcla todo bien hasta que cuajen ligeramente, comprobando el punto de sal. Se retira y se sirve.

Este plato puede acompañarse con unas patatas, fritas en una sartén aparte con el aceite sobrante.





BURGOS

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara fue fundado en vida de la Santa. Nació como beaterio en un inmueble que el famoso Arzobispo D. Mauricio cedió al efecto. Sus primeras moradoras deseaban acogerse a la Regla Franciscana y por tal motivo viajaron a Roma, donde el Papa Gregorio IX les otorgó la Bula Fundacional. Continuaron viaje a Asís para conocer personalmente a nuestra Fundadora.

El monasterio sirvió de aposento a San Francisco de Asís en su peregrinación a Compostela en 1214. Fue muy favorecido por Papas y Reyes, entre ellos, Fernando III, el Santo.

En 1400 sufrió un fuerte saqueo, desapareciendo documentos y objetos artísticos de gran valor histórico.

Durante “la francesada” las religiosas tuvieron que refugiarse en Lerma y posteriormente en Peñafiel. Al regresar, encontraron el convento prácticamente inhabitable. Seis monjas perdieron su vida como consecuencia de los sucesivos traslados.

Hacia 1855 el monasterio acogió a un grupo de Religiosas Concepcionistas y más tarde a nuestras Hermanas del Convento de Vivar del Cid.

*A la izquierda, claustro del Monasterio de Santa Clara, en Burgos.
A la derecha, uno de los escudos de la fachada.*



En 1933 vivieron en casa Religiosas Agustinas, cuyo convento fue expropiado por el Ayuntamiento de la Ciudad por razones urbanísticas.

Actualmente formamos la Comunidad 22 hermanas. Nuestro principal medio de subsistencia es la venta de repostería artesana.



Pollo al ajillo

INGREDIENTES:

2 pollos de 1,25 kgs. cada uno
6 dientes de ajo
1 cucharada de perejil picadito
1 limón
1/2 l. de aceite y sal

ELABORACION:

Se limpian los pollos de víspera, se trocean y se untan con un machacado de ajos, perejil, sal y zumo de limón.

Se mantienen en maceración.

Cuando se vayan a preparar, se vierte el aceite en una sartén, se arrima al fuego y cuando esté caliente se echan los trozos de pollo y se van friendo en grupos.

Se sirven al momento.





Merluza en su jugo

INGREDIENTES:

- 1,5 kgs. de merluza, cortada en rodajas gruesas
- 2 cebollas medianas picadas
- 1 cucharada de perejil picadito
- 4 cucharadas de aceite
- 1 rodaja de limón y sal

ELABORACION:

Se vierte el aceite en una cazuela incorporando una capa de cebolla picada sobre la que se extiende otra de merluza sazonada previamente de sal, y así sucesivamente, procurando que la última capa sea de cebolla. Se añaden el perejil y las rodajas de limón, sazonando de sal. Se arrima al fuego, se añade un poco de agua, y se deja cocer suavemente, sin dejar de sacudir la cazuela con movimientos de vaivén para que no se pegue. Este proceso durará unos 15 minutos. Se comprueba el punto de sal, se retira y se sirve caliente.

Carne estofada

INGREDIENTES:

- 1,5 kgs. de carne de vacuno
- 1 dl. de aceite
- 2 cebollas grandes
- 4 dientes de ajo
- 1 vasito de vino blanco
- 2 cucharadas de vinagre
- 1 hoja de laurel
- 1 zanahoria hermosa, pelada y troceada
- 1 pizca de nuez moscada
- 1 pizca de pimentón y sal

ELABORACION:

Se vierte el aceite en la olla exprés. Se añade una capa de cebolla partida en cascos, y se coloca encima otra de carne troceada. Se pone encima otra de cebolla y así sucesivamente. Se sazona de sal añadiendo en crudo el resto de los ingredientes. Se tiene la olla a 1 kg. de presión durante unos 30 minutos. Se retira y, una vez que haya perdido temperatura, se destapa y se comprueba el punto de sal, quitando el laurel y los ajos.

Por último, se vierte en la fuente en la que se vaya a sacar a la mesa y se sirve.





CÁCERES

MONASTERIO DE SAN PABLO



Nuestro Monasterio de San Pablo se encuentra ubicado en la parte más alta del casco histórico de la ciudad de Cáceres, recientemente declarado por la UNESCO Patrimonio de la Humanidad.

La iglesia y las distintas dependencias conventuales están construidas en piedra de sillería y mampostería.

El convento fue fundado como beaterio por Dña. Juana González de San Pablo, el año 1449. A los 20 años de su constitución el Papa Paulo III autorizó a la fundadora erigirlo en monasterio bajo la Regla y Orden Tercera de San Francisco.

de vida es la elaboración de unos dulces de fama reconocida en la ciudad y recuerdo obligado de los muchos turistas que nos visitan.

El actual edificio se ha ido consolidando por sucesivas incorporaciones de casas de solares contiguos.

Curiosamente este convento no ha sufrido nunca ningún incendio, ni ha tenido que ser abandonado por guerras o revoluciones.

La Comunidad tiene una Fundación en Jaén (Perú) desde 1969, que profesa la Clausura Papal y que está formada por 9 religiosas, 5 procedentes de nuestra casa y 4 nativas.

Actualmente vivimos en el monasterio 14 monjas, y nos regimos por la Regla de Santa Clara. Nuestro medio

Acceso al patio del Monasterio de San Pablo, en Cáceres.

Mazapán de almendra

Se trata de un postre muy típico de esta tierra que pertenece a la culinaria conventual desde hace mucho tiempo. Con toda seguridad fue introducido por cualquier religiosa de la zona, que son mayoría en la Comunidad. Es nuestro postre tradicional de Navidad.

INGREDIENTES:

1 kg. de almendra molida
1 kg. de azúcar tamizado
12 yemas de huevo

ELABORACION:

Se mezcla bien la almendra con el azúcar. A continuación se van añadiendo las 12 yemas de huevo hasta que quede una masa compacta, ni muy dura ni muy blanda.

Se estira esta masa, poco a poco, hasta darle la forma de una torta.

Se le pone un borde grueso y se adorna con flores, ramos, estrellas, según el gusto de quien lo hace, ayudándose con una cuchara y el cuchillo. Se colocan estos adornos encima de la torta hasta que quede bien cubierta para que no se queme. Se le añaden unos montoncitos de azúcar y se deja en el horno a una temperatura de 225 a 250 °.

Es conveniente preparar este postre de víspera.





Yemas de San Pablo

Es un postre que se prepara en este monasterio desde tiempo inmemorial.

INGREDIENTES:

12 yemas de huevo
1/2 kg. de azúcar
1/2 l. de agua

ELABORACION:

Primer paso: En un recipiente metálico se deposita la mitad del azúcar con la mitad del agua, y se coloca al fuego para que se haga un almíbar no muy fuerte. Las yemas se preparan en otro recipiente, 11 yemas y 1 huevo entero. No se baten sino que se cortan con un cuchillo. A este recipiente con las yemas se vierte despacio el almíbar ya preparado, mientras se remueve con una paleta de hierro.

Se pone todo a fuego lento, a poder ser de leña, y se remueve con la paleta hasta que quede una crema muy fina. Se deja enfriar para que cuaje. Se prepara una tabla de madera cubierta de harina. Se hacen unos huequitos en la harina con una bola del tamaño de una yema. Esos huecos se rellenan con la crema ya cuajada y se cubren con harina espolvoreada. Una vez preparada la tabla, se mete en el horno apagado a 100°. Si hay dos cámaras en el horno tienen que estar ambas apagadas y a la misma temperatura, porque si no se queman. Se mantienen en el horno toda la tarde y la noche. Cuando las yemas estén secas se limpian y se les da el lustre.

Segundo paso: Para hacer el lustre se toma la otra mitad del azúcar y la otra mitad del agua y se hace un almíbar. Tiene que estar fuerte y caliente para que las yemas queden secas al minuto de dar el lustre. Una vez secas, se envuelven en papel de cristal o parafinado. Quedan muy bien presentadas y están deliciosas.





CALABAZANOS

MONASTERIO DE NUESTRA SEÑORA DE LA CONSOLACIÓN



El Monasterio de Ntra. Sra. de La Consolación, de Calabazanos, se levanta en el feraz Valle del Cerrato, junto al río Carrión, a 2 kms. del nudo ferroviario de Venta de Baños y a 8 kms. de Palencia.

Fue fundado por la muy Ilustre Sra. Dña. Leonor de Castilla, hija del Infante D. Fadrique, hijo de Enrique II, Rey de Castilla y León. Dña. Leonor estuvo casada con D. Pedro Manrique de Lara. Tuvieron 2 hijas Clarisas en el Convento de Santa Clara de Astudillo (Palencia), Dña. Aldonza y Dña. María. A causa de la guerra, Dña. Leonor sacó a sus hijas del convento con el permiso del Papa y con su licencia fundó en su Palacio de Amusco un monasterio, bajo el Título de Ntra. Sra. de la Esperanza.

Al quedar viuda, Dña. Leonor tomó el hábito de Santa Clara y el 13 de julio de 1454 el Papa Nicolás IV autorizó a que profesara, antes de cumplir el preceptivo año de noviciado, de manos de su hijo D. Iñigo Manrique, Obispo de Oviedo.

En poco tiempo el edificio quedó pequeño. Las monjas que lo habitaban solicitaron trasladarse al Monasterio de Calabazanos - propiedad de la familia Manrique - que había sido ocupado con anterioridad por monjes benedictinos. El traslado de Amusco a Calabazanos se efectuó a principios del mes de octubre de 1458. Dña. Leonor de Castilla vivió y murió en este monasterio, donde se encuentra enterrada en el coro bajo.

Las religiosas Clarisas nunca se vieron precisadas a abandonar este sagrado recinto, declarado Monumento Nacional.

Actualmente formamos la Comunidad 25 hermanas. Nuestro medio fundamental de subsistencia es el trabajo de lencería para una fábrica y la explotación de una pequeña huerta.

Imagen de la Virgen en el Monasterio de Nuestra Señora de La Consolación, en Calabazanos (Palencia).

Pastel de conejo

Este es un plato típico de nuestro monasterio con el que obsequiamos a los invitados los días solemnes. Se viene preparando desde hace varias generaciones.

INGREDIENTES:

1 conejo grande
ajo, perejil, aceite y sal
pan rallado y huevo para rebozar
pimientos morrones asados y
lechuga, para la guarnición

ELABORACION:

Se deshuesa el conejo cuidadosamente con un cuchillo pequeño y afilado, y se extraen los lomos y los muslos. Igualmente se separa la carne de las patas delanteras que servirá para engrosar los succulentos bocados anteriores. La carne extraída se extiende bien y se coloca sobre una fuente redonda, untada con aceite frito, como si se tratara de una tortilla.

Se maja la sal, el ajo y el perejil y se unta a la carne por ambos lados, añadiéndole unas gotitas de limón o de vinagre. Se deja en reposo toda la noche en un sitio fresco y al día siguiente se reboza con pan rallado y con huevo bien batido. Para que la carne quede impregnada de la misma forma por ambos lados, se utilizan dos platos iguales, uno para el pan rallado y el otro para el huevo. Primero se pasa un lado de la carne por un plato y luego por el otro. Lo mismo con el pan rallado que con el huevo. A continuación se fríe en aceite abundante pero a fuego lento, de forma que se haga bien por dentro.

Se adorna con pimientos morrones asados, hojas de laurel, lechuga o cualquier otra verdura del tiempo.



Leche frita

Se trata de un plato muy conocido que reservamos para obsequiar a nuestros invitados en las grandes solemnidades.

INGREDIENTES:

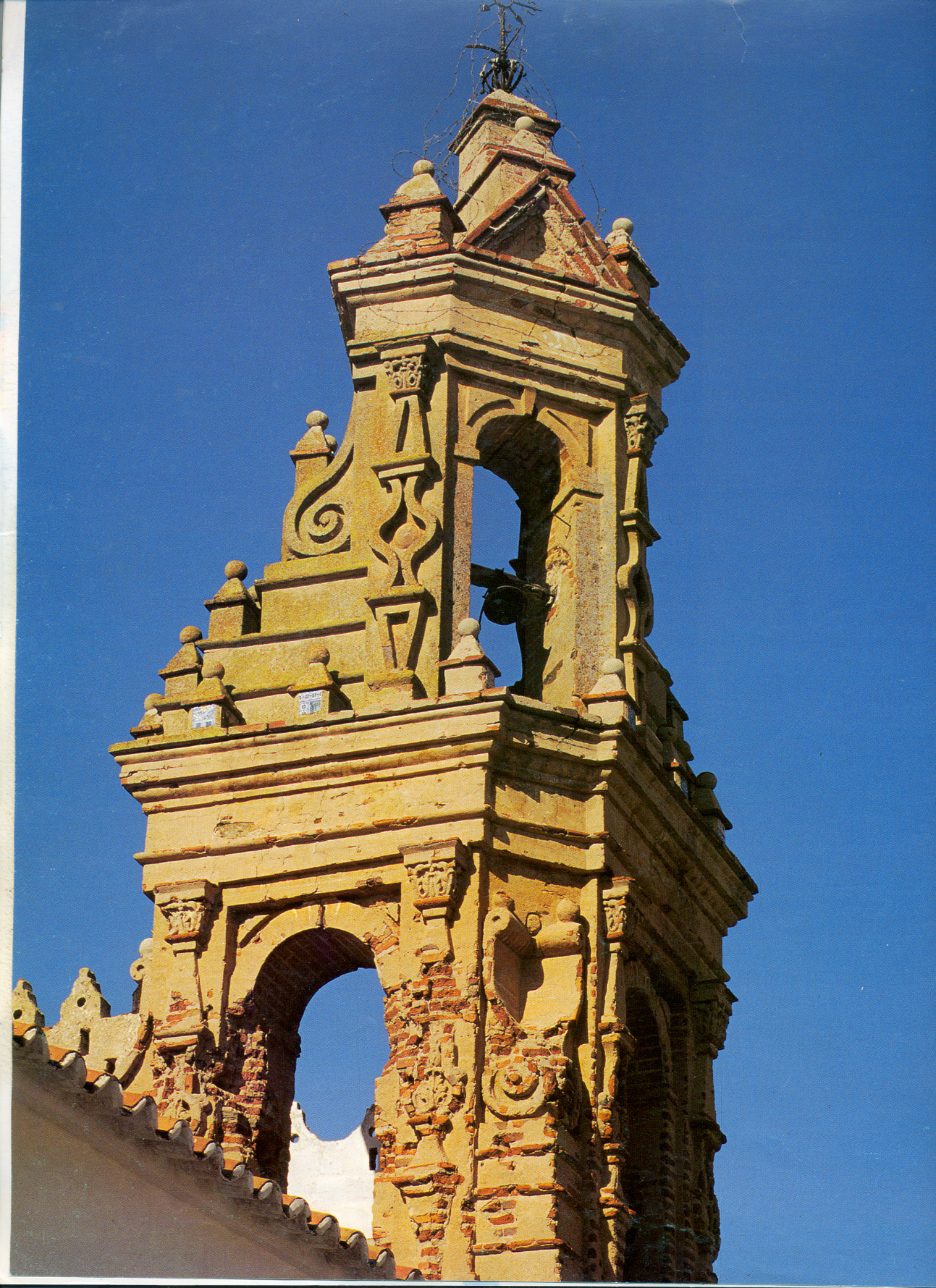
1/2 l. de leche
2 cucharadas bien colmadas, de harina
1 cucharada pequeña, de harina de maíz
3 cucharadas bien colmadas, de azúcar
1 copita o una cucharada sopera, de anís
3 huevos, harina y huevo, para rebozar
canela

ELABORACION:

Después de hervir la mitad de la leche, se pone al fuego y se le agrega el azúcar.

A la otra mitad de la leche fría se le añade poco a poco la harina, sin dejar de mover para que no se formen grumos. Una vez bien desleída se va agregando a la que está al fuego con el azúcar - sin dejar de mover para que no se pegue -, mientras hierve despacio, a fuego lento. Se le añade la copa de anís.

Cuando haya engordado la masa, se separa del fuego y se agregan 3 yemas de huevo sin dejar de mover. Por otro lado se prepara una fuente lisa rociada de harina, donde se vierte la masa que, una vez fría, se corta en rombos o cuadrados, se reboza con harina y huevo, y se fríe en abundante aceite. Al servir puede espolvorearse con una mezcla de azúcar y canela. Se sirve caliente.





CAMPANARIO

MONASTERIO DE LA ENCARNACIÓN



Nuestro Monasterio de la Encarnación se encuentra ubicado en la Villa de Campanario, comarca de la Serena, en la provincia de Badajoz.

La torre del monasterio de estilo plateresco es visible desde cualquier punto de la población y da la impresión que está inclinada. Es obra del célebre pintor Alonso Cano, natural de Campanario, igual que Pedro Valdivia, conquistador de Chile.

En 1646 formaban la Comunidad un total de 27 religiosas. Esta cifra se mantuvo hasta comienzos del S. XIX, fecha en la que comenzó a decaer.

El que no aparezca en el edificio ni en la iglesia ningún escudo de armas hace pensar que este convento fue fundado gracias a los donativos de diferentes familias acomodadas de la Villa.

Entre 1820 y 1836 el monasterio fue privado de todas sus propiedades. Sin embargo, no quedó suprimido como tantos otros.

En el año 1870 fue incautado por el Gobierno de la Primera República. Tres años más tarde, el edificio, salvo la iglesia y el coro, fue vendido en pública subasta por 12.500 ptas.

El 6 de Junio de 1875 las religiosas volvieron al monasterio gracias a la generosidad de los Hnos. Fernández Perea, quienes habían adquirido una parte del inmueble subastado. Las religiosas abrieron un colegio para niñas que ayudó a su reconstrucción.

En 1936 fue ocupado por la tropas republicanas. Quedó prácticamente destruido y las religiosas pudieron volver a ocuparlo gracias al apoyo de las Hnas. Cabanillas y a la colaboración de todo el vecindario de la Villa, que posibilitaron su rehabilitación.



*En la página anterior, torre del Monasterio de la Encarnación, en Campanario (Badajoz).
A la derecha, patio interior.*



CAMPANARIO

MONASTERIO DE LA ENCARNACIÓN



Nuestro Monasterio de la Encarnación se encuentra ubicado en la Villa de Campanario, comarca de la Serena, en la provincia de Badajoz.

La torre del monasterio de estilo plateresco es visible desde cualquier punto de la población y da la impresión que está inclinada. Es obra del célebre pintor Alonso Cano, natural de Campanario, igual que Pedro Valdivia, conquistador de Chile.

En 1646 formaban la Comunidad un total de 27 religiosas. Esta cifra se mantuvo hasta comienzos del S. XIX, fecha en la que comenzó a decaer.

El que no aparezca en el edificio ni en la iglesia ningún escudo de armas hace pensar que este convento fue fundado gracias a los donativos de diferentes familias acomodadas de la Villa.

Entre 1820 y 1836 el monasterio fue privado de todas sus propiedades. Sin embargo, no quedó suprimido como tantos otros.

En el año 1870 fue incautado por el Gobierno de la Primera República. Tres años más tarde, el edificio, salvo la iglesia y el coro, fue vendido en pública subasta por 12.500 ptas.

El 6 de Junio de 1875 las religiosas volvieron al monasterio gracias a la generosidad de los Hnos. Fernández Perea, quienes habían adquirido una parte del inmueble subastado. Las religiosas abrieron un colegio para niñas que ayudó a su reconstrucción.

En 1936 fue ocupado por la tropas republicanas. Quedó prácticamente destruido y las religiosas pudieron volver a ocuparlo gracias al apoyo de las Hnas. Cabanillas y a la colaboración de todo el vecindario de la Villa, que posibilitaron su rehabilitación.



*En la página anterior, torre del Monasterio de la Encarnación, en Campanario (Badajoz).
A la derecha, patio interior.*

Berenjena con tomate

Se trata de un primer plato de cualquier menú, que preparamos durante la temporada en la que sus materias primas están en sazón.

INGREDIENTES:

3 berenjenas de tamaño normal
3 tomates bien maduros
2 cebollas
ajo, sal, aceite y comino

ELABORACION:

Se pican las berenjenas en trozos pequeños que se ponen en agua con sal. Se hierven durante 5 minutos y se escurren.

En una sartén se fríe la cebolla y se agrega el tomate pelado y despitado. Se pasa por el pasapurés o se deshace en la picadora, para obtener la salsa. Se mezcla en el mortero con la berenjena y por encima se ponen el ajo picado y el comino.





Bacalao encebollado

Se trata de un plato que se prepara en nuestro convento desde tiempo inmemorial, especialmente los días de vigilia. Es muy apreciado por todas las religiosas.

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de bacalao
16 cebollinos
2 ó 3 hojas de laurel
aceite de oliva

ELABORACION:

Después de haber desalado el bacalao, se desmiga. Hoy en día este pescado puede adquirirse desalado e incluso desmigado.

Se escurre y se fríe lentamente, del mismo modo que los cebollinos, pero por separado.

En una cazuela de barro se coloca primero una capa de cebollino, otra de bacalao, la tercera de cebollino y la última de bacalao.

Se pone a fuego suave y se menea constantemente para que no se agarre al fondo.



Pollo en escabeche

Este plato es muy típico de esta comarca y su elaboración ofrece dos variantes.

INGREDIENTES:

1 pollo grande
1 cabeza de ajos
vinagre, para la segunda opción
harina y huevos, para rebozar
aceite, sal y azafrán en rama
1 hoja de laurel, opcional
1 cebolla, opcional

ELABORACION:

Se trocea el pollo y se pone a cocer en agua con el laurel y/o la cebolla.

Cuando los trozos estén cocidos, se sacan, se escurren, se pasan por harina y huevo y se fríen en la sartén. Una vez fritos, se cubren con el caldo que ha soltado el pollo y se añade azafrán machacado. Se sirve caliente.

Esta receta permite otra preparación en frío: Se deja enfriar el caldo de la cocción y se le añaden los ajos machacados y el vinagre. Si queda muy espeso, se aligera añadiéndole agua.

Caldereta de cordero

Este plato es típico de Campanario y de toda la comarca de la Serena y fue introducido en el monasterio por las religiosas de la zona, que constituyen el núcleo más importante de la Comunidad. Lo degustamos en ciertas festividades y, especialmente, cuando nos regalan cordero o cuando, por alguna circunstancia, baja de precio.

En Campanario es tradicional prepararlo el día de "La Gira", en el que se celebra la romería de la Virgen de Piedra Escrita, Patrona de la Villa y de la comarca de la Serena. Esta romería se conmemora, desde tiempo inmemorial, el Lunes de Pascua.

Hay otras ocasiones en las que resulta casi obligada la confección de este plato, como es en las despedidas de soltero que se celebran en las aldeas de los alrededores.

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de carne de cordero troceada
3 patatas de tamaño normal
1 cucharadita de café, de pimienta roja
1 pimiento
1 cabeza de ajo
1 ó 2 hojas de laurel, opcional
comino, aceite y sal

ELABORACION:

Se pone el cordero a cocer en agua y se desespuma con frecuencia. Se le agregan los ingredientes, excepto las patatas, y se deja que siga cociendo. Cuando la carne esté blanda, se le añaden las patatas cortadas en trozos pequeños, reservando unas pocas para machacarlas junto con los menudillos de cordero, el comino y los ajos. Esta mezcla se añade también al conjunto.



2

Morcilla de hígado

Se trata igualmente de un plato muy típico de Campanario, que se elabora con ocasión de las matanzas.

INGREDIENTES:

1 hígado entero de cerdo
magro de cerdo, en doble cantidad que la de hígado
pimentón o pimiento choricero
guindilla, clavo, ajo y sal
1 vaso hermoso de sangre de cerdo

ELABORACION:

Se pican el hígado y el magro, mezclándose con el resto de los ingredientes. Posteriormente se embute la mezcla y se cuece.

Erizo en salsa

Se trata de un plato típico de Campanario.

INGREDIENTES

1 erizo
1 cabeza de ajo
4 cucharaditas de vinagre
perejil
vino blanco, sal

ELABORACION

Lo más importante es churruscar bien el erizo, de tal modo que pueda limpiarse perfectamente y quede de color blanco. Después se abre y se deja una noche al sereno.

En un mortero se machacan 10 ó 12 dientes de ajo, sal y 3 ó 4 cucharadas de vinagre. Se echa el erizo picado en trozos pequeños y se cubre con agua, dejándolo 8 ó 10 horas en maceración.

Se saca y se tira el líquido. En una sartén se fríen bien los trozos de erizo. En un mortero se machaca perejil y se añaden aceite y vino blanco. Esta mezcla se pone en una cazuela junto con el erizo frito. Se deja cocer media hora a fuego lento y se sirve caliente.





Hepa gras (Foie-gras)

Es un plato típico de Campanario

INGREDIENTES:

100 grs. de hígado de cerdo
100 grs. de tocino de papada
100 grs. de manteca de cerdo
50 grs. de magro de cerdo
1 huevo
12 almendras sin tostar
12 avellanas sin tostar
una trufa, que mejora el producto, pero es cara
cebolla y laurel
pan rallado, pimienta, canela y nuez moscada

ELABORACION:


Se corta el hígado en trozos grandes que se cuecen con una hoja de laurel y la cebolla picada. Se retira después de un ligero hervor. Se derrite la manteca de cerdo y en ella se fríen el magro finamente troceado y el tocino de papada.

En el mortero se reduce el hígado a pasta y se une al magro y al tocino fritos en la manteca.

Se machacan las almendras y avellanas hasta reducirlas a una pasta, que se echa sobre el hígado y el magro. Se añaden el huevo batido y un poco de pan rallado. Toda la mezcla se sazona con pimienta, canela y nuez moscada. Si hay trufa, se agrega finamente picada.

Se cuece al baño María hasta que hierva y se deposita en un recipiente.

Puede comerse a las 24 horas, pero mejora a medida que pasan los días, especialmente si se le ha añadido la trufa.

Para conservarlo, se coloca encima una capa de manteca de cerdo y se tapa el recipiente herméticamente. 



Lagarto en salsa

Fue un plato típico de Campanario hasta hace unos años. Hoy en día no se elabora porque el lagarto es una especie protegida. A pesar de la cultural repugnancia que nos produce su aspecto, es un manjar exquisito. Recogemos esta receta tradicional por pertenecer al acervo gastronómico de nuestra ciudad.

INGREDIENTES:

1 kg. de lagarto
16 dientes de ajo
miga de pan
aceite y vinagre

ELABORACION:

Se limpia bien el lagarto y se trocea. Se colocan los trozos en una cazuela, cubriéndolos con agua y se les añaden 3 ó 4 dientes de ajo picados y sal. Se cuece hasta que el agua se consume.

Se sacan los trozos, se secan con un trapo y se fríen en la sartén durante 10 minutos.

Por otra parte se machacan en un mortero 8 ó 10 dientes de ajo con un poco de miga de pan. Se añaden 2 cucharadas de vinagre y se llena de agua. Se incorpora todo a la sartén y se deja cocer durante 10 minutos.



CANALS

MONASTERIO DE SANTA CLARA



El día 30 de Julio de 1912, llegó a Canals la Comunidad de Franciscanas Clarisas procedentes del Monasterio de Santa Clara de Guadalajara. Formaban el grupo 16 religiosas que tuvieron que abandonar su primitivo convento por falta de medios para hacer las reparaciones que les exigía el Ayuntamiento de Guadalajara. Habían sido obligadas a vender el Monasterio a D. Alvaro de Figueroa, Conde de Romanones, quien pagó por el inmueble la irrisoria cifra de 60.000 ptas., a plazos.

No se conoce el año preciso en el que las hijas de Santa Clara nos establecimos en Guadalajara. El cronista D. Alfonso Nuñez de Castro relata que Dña. Berenguela, madre de San Fernando, solicitó permiso a Santa Clara para fundar un convento de su orden en esta ciudad. La Reina estableció la Comunidad de religiosas, ajustando su fundación a la absoluta pobreza y estricta clausura que se prescribe en la Regla.

El documento más antiguo en el que se habla del convento de Guadalajara es un Privilegio, correspondien-



te al año 1256, del Rey Alfonso X, el Sabio, dado en Segovia en 1294, donde se menciona a esta casa como fundada por Dña. Berenguela e incluye los privilegios concedidos por la Reina y su hijo D. Fernando, confirmados y ampliados por D. Alfonso.

En 1912, "la madre Sor Buenaventura del Santísimo Sacramento, última abadesa de este convento, junto con sus atribuladas hijas - dejando como pena este asilo que habían escogido para consagrarse a Dios y a las cenizas de las virtuosas religiosas que les precedieron en los 600 años que llevaban de existencia -, salieron de Guadalajara hasta el pueblo de Canals acompañadas de su confesor el Padre Fray Florentino Rojo."

El pueblo de Canals colaboró con sus donativos a la habilitación de las casas en las que se encuentra el actual monasterio. La iglesia fue costeada por D. Vicente Guzmán, distinguido hijo de la Villa.

Actualmente formamos la Comunidad 12 religiosas.

Acceso a la Iglesia del Monasterio de Santa Clara, en Canals (Valencia).



Imagen de Santa Clara en la fachada del monasterio

Pescadilla al horno

Este plato puede prepararse en cualquier época del año.

INGREDIENTES:

2 bolsas de pescadilla congelada de 500 grs.
1 cebolla
ajos
pan rallado
perejil y sal
limón
aceite
vino blanco

ELABORACION:

Se descongela la pescadilla y se rocía con zumo de limón. Se pican finamente la cebolla y el ajo sobre una fuente de horno, sazonando con sal y añadiendo 3 cucharadas de aceite. Se colocan encima las rodajas de pescadilla, y sobre ellas se extiende un picadillo finísimo de ajos y perejil, una capa de pan rallado y un poco de sal. Se añade un poco más de aceite y el vino blanco. Se introduce al horno a temperatura media, durante 30 minutos.

Alcachofas rellenas

Este plato lo preparamos desde hace mucho tiempo, sobre todo en los días de vigilia, aunque desconocemos quién lo introdujo en el monasterio.

INGREDIENTES:

12 alcachofas
2 cebollas
2 tomates
1/4 kg. de bacalao
aceite, ajo y sal

ELABORACION:

Se limpian las alcachofas quitando las hojas más duras y cortando las puntas de arriba. Se abren por encima haciendo un hueco para poner el relleno. Se hierven, sin que cuezan demasiado, y se dejan escurrir y enfriar.

Se fríe el bacalao y se deshace en la picadora. Se corta la cebolla en trozos pequeños y se pocha hasta dorarla. Se incorpora el tomate y se fríe con la cebolla. Se añaden el bacalao preparado, ajo y perejil. Se dan unas vueltas y se deja enfriar.

Con esta mezcla se rellena el hueco de las alcachofas, se aprietan ligeramente y se dejan en un recipiente. Se pasan por huevo batido y harina y se fríen en abundante aceite.

Si se desea se les puede añadir una salsita y también quedan muy sabrosas.

Migas de pan

Empleamos esta receta para aprovechar el pan sobrante. Se cocina desde tiempo inmemorial.

INGREDIENTES para 6 personas:

1 kg. de pan duro
2 cebollas
1 vaso de aceite

ELABORACION:

Se corta el pan en trozos y se sumerge en agua sacándolo inmediatamente y exprimiéndolo con las manos hasta que quede lo más seco posible. Se deposita en un recipiente y se deshace. Se pone el aceite en una sartén grande, en la que quepan las migas. Se corta la cebolla en trozos pequeños y se dora. Se agrega el pan anteriormente preparado y se mueve sin parar durante 15 minutos a medio fuego, de forma que el pan quede suelto y dorado. Se le añade un poco de jedrea - pebrella -, hierba aromática que suele utilizarse para aliñar las aceitunas.

Sopa de barquillo


INGREDIENTES:

4 huevos, sal
el caldo y los menudillos de la receta "Princesitas", incluida en esta misma página.

ELABORACION:

Se baten las claras de 3 huevos a punto de nieve. Se les incorporan las yemas y la sal conveniente y se les va añadiendo harina hasta que se forme una masa blanda como para hacer churros.

Se mete esta pasta blanda en una manga pastelera. Con ella se van formando ruedas como las de los churros, pero delgadas, que se fríen en aceite muy caliente. Se dejan enfriar y luego se cortan con una tijera formando churros muy pequeños, de unos 2 cms. de largo.

Se colocan en la sopera con los menudillos cortados y un huevo duro igualmente cortado en trozos pequeños. En el momento de servir se echa encima el caldo de pollo muy caliente.  2



Princesitas

Se trata de un plato muy tradicional de nuestro recetario.


INGREDIENTES:

6 huevos
1 vaso de leche
1 cucharada de harina
1 cucharada de manteca de cerdo,
las partes menos vistosas del pollo, como cuello,
alas y espinazo
restos de jamón o lomo, opcional
sal

ELABORACION:

Se cuecen la carne y los menudillos del pollo, y se reservan el caldo y los menudillos para la "Sopa de barquillo", cuya receta se incluye en esta misma página.

Se deshuesa y pica la carne, a la que se pueden añadir - si se tienen - puntas de jamón o lomo, bien picadas. Se hace una bechamel con la manteca, la harina y la leche y se le añade el picadillo de carne, dando unas vueltas a todo hasta que espese. Mientras se enfría esta masa, se baten los huevos y después se van haciendo tortillitas que se rellenan con ella.

Se colocan las tortillas en una fuente de horno y se cubren con bechamel. Se meten al horno para que se doren. Se sirven calientes.  1







CANTALAPIEDRA

MONASTERIO DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS



Nuestro Monasterio del Sagrado Corazón de Jesús se halla entre la estación del ferrocarril y la Villa de Cantalapiedra, provincia de Salamanca.

Fue fundado en el año 1920 por la Sierva de Dios, M. María Amparo del Sagrado Corazón, natural de Cantalapiedra, cuyo proceso de beatificación se encuentra muy adelantado en Roma.

El convento es amplio, moderno, en pleno campo, con mucho aire y mucho sol. La iglesia-capilla cuidada con esmero, guarda en sepulcros de mármol, ubicados en el presbiterio,

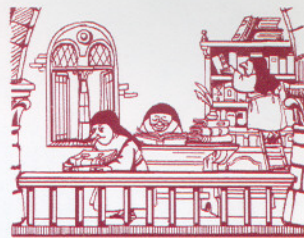
los restos mortales de la Fundadora y del Cofundador Rvdo. P. Juan González de Arintero O.P., también en vías de beatificación, que fue Párroco de la Villa y especial colaborador de la Madre en la obra fundacional.

Nuestra casa tiene una hermosa huerta donde cultivamos toda clase de hortalizas y que, junto con la granja, es nuestro principal medio de subsistencia. Completamos nuestros recursos con un taller de encuadernación y otro de fabricación de almohadas ortopédicas.

Actualmente formamos la Comunidad 57 hermanas.



Monasterio del Sagrado Corazón de Jesús, en Cantalapiedra (Salamanca).



Corderito pascual en dulce

Empanadillas de dulce

No es un plato de arraigada tradición, ya que nuestro monasterio es reciente.

Para su preparación se necesita un molde con la figura de un cordero. Las cantidades son para dos moldes.

INGREDIENTES:

100 grs. de mantequilla
120 grs. de azúcar
1/2 cucharada pequeña, de vainilla
4 huevos
1 cucharada de ron
250 grs. de harina o 200 grs. de harina y
50 grs. de nueces molidas
6 grs. de levadura o 2 cucharadas pequeñas
escasas
azúcar glase y chocolate líquido, para decorar

ELABORACION:

Se bate bien la mantequilla hasta que quede como espuma y se añaden los huevos. A continuación se agregan, poco a poco, el azúcar mezclado con el polvo de vainilla y con los demás ingredientes. Se incorpora la harina mezclada con la levadura.

Se untan los moldes con mantequilla, se llenan con la masa ya confeccionada y se dejan en el horno caliente de 175 a 200°, durante 35 minutos.

Se dejan enfriar los corderos en el mismo molde durante 5 minutos aproximadamente, antes de retirarlos. A continuación, se espolvorean con azúcar glase.

Se marcan los ojos con chocolate líquido.

INGREDIENTES:

1 taza de manteca de cerdo
1 taza de vino
1 taza de aceite, algo escasa
1 taza de azúcar
harina, la que pida
mermelada o cabello de ángel

ELABORACION:

Se amasa todo bien y se hacen las empanadillas. Se rellenan de dulce de cabello de ángel o de mermelada.

Se meten al horno hasta que queden un poco doraditas. Al sacarlas se espolvorean con azúcar glase.





CARAVACA DE LA CRUZ

MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Patio interior
del Monasterio
de Santa Clara,
en Caravaca de
la Cruz (Murcia).*

Las primeras noticias que se tienen del Monasterio de Santa Clara se remontan a los últimos días de 1582, cuando el Ayuntamiento de Caravaca de la Cruz recibe una Real Provisión requiriendo información municipal sobre el lugar donde podría ubicarse un convento de la Orden de Santa Clara, y si existían en la Villa personas dispuestas a contribuir a su fundación, junto con Dña. Catalina Robles.

En la contestación se ofrecían la antigua ermita de San Bartolomé y las construcciones anexas que los Jesuitas acababan de abandonar tras su definitiva ubicación en la calle Mayor.

A los 1.500 ducados donados por Dña. Catalina se sumó la herencia de D. Ginés de Perea, que fuera Alcalde Mayor de la Villa, y el 27 de septiembre de 1609 se fundó el convento.

Los primeros años de la Comunidad se caracterizaron por la escasez de medios. A comienzos del S.XVIII pudieron iniciarse las obras de rehabilitación del edificio. La iglesia, de estilo barroco, se finalizó entre 1715 y 1718.

Durante la revolución de 1868 las religiosas tuvieron que abandonar el monasterio. Más tarde, con la República Ducal, la iglesia diocesana de Cartagena redujo el número de conventos religiosos, entre ellos el de las Clarisas, quienes tuvieron que residir en el de las Carmelitas de la misma población. La restauración monárquica en la persona de Alfonso XII en 1875, devolvió a las Clarisas su convento, al que regresaron en multitudinaria procesión.

El 5 de agosto de 1936 fue abandonado debido a la Guerra Civil.

Actualmente las hermanas realizamos labores artesanales de imprenta y encuadernación, que alternamos con la fabricación de ornamentos y formas para el culto.



Pollo asado

Se trata de un plato muy fácil de preparar. Además, los menudillos y los trozos poco lucidos pueden emplearse para hacer una sopa que resulta un excelente primer plato.

INGREDIENTES:

1 pollo
tomillo, ajo, perejil, zumo de limón
vino blanco
patatas para freír
pimientos y piñones, opcional

ELABORACION:

Se preparan los trozos del pollo separando el muslo del contramuslo. Se les da un pequeño corte a ambos. Se colocan los trozos en un recipiente, se añaden sal, tomillo, varios dientes de ajo cortados en rodajas y perejil picado. Se machacan en el mortero ajo y perejil. Se agregan, junto con el zumo de limón y el vino blanco, de forma que queden los trozos de pollo bien cubiertos. Se dejan en maceración durante 24 horas.

Al día siguiente, se les incorpora una parte del adobo y se dejan en el horno durante 1 hora aproximadamente a 250°.

Se añaden unas patatas fritas a la hora de servir. También pueden acompañarse con pimientos y unos piñones.



1



CARRIÓN DE LOS CONDES

MONASTERIO DE SANTA CLARA





*Fachada del Monasterio de Santa Clara,
en Carrión de los Condes (Palencia).*



Las primeras religiosas de este convento fueron compañeras de Santa Clara de Asís. De ahí su gran tradición clariana.

La iglesia, restaurada en el S. XVII, es de estilo Renacentista Clásico y fue construida sobre otra más antigua. Se guardan en su interior obras de gran valor artístico, como la Virgen de la Piedad de Gregorio Fernández, un Cristo del mismo autor y otras imágenes y pinturas.

El coro bajo tiene una bellísima sillería de nogal, primorosamente tallada y adornada con escudos de nobles familias, algunas de cuyas monjas profesaron en este monasterio.

En una hornacina de este mismo coro, se conservan los restos mortales de la Madre Luisa de la Ascensión, conocida por "La

Monja de Carrión", guardados en una arqueta. Vivió en este monasterio durante el S.XVII con gran fama de santidad. Fue restauradora del convento, tanto en su aspecto material como en el espiritual. Actualmente se gestiona su proceso de beatificación.

El edificio tiene un patio de estilo castellano que da acceso a un local adosado al convento en el que se ha inaugurado hace pocos años un Museo financiado por la Diputación Provincial de Palencia.

La antigua vivienda de la demandadera está habilitada como "Casa del Peregrino".


Nuestro principal medio de subsistencia es la repostería y la explotación del museo. Además, tenemos un pequeño taller de encuadernación.

Tarta Luisa

INGREDIENTES:

250 grs. de almendra
300 grs. de azúcar
un poquito de canela en polvo
vino blanco
2 huevos
hojaldre, para forrar los moldes
almendra fileteada
frutas escarchadas, para decorar

ELABORACION:

La almendra, después de lavada y mezclada con el azúcar, se muele sin que quede excesivamente fina. Esta molienda se une con los otros ingredientes y resulta una masa que se pone en moldes, que estarán forrados con hojaldre. La masa se extiende bien con la mano hasta que alcance el grosor de un dedo. Se le salpica por encima con almendra fileteada, que debe quedar introducida en ella. Se deja en el horno durante 45 minutos a 180°. Una vez enfriada se adorna con frutas escarchadas, como guindas, higos...  1

Rosquillas de palo

INGREDIENTES:

12 huevos
300 grs. de azúcar
300 grs. de manteca
1/4 de l. de orujo
1,5 kgs. de harina, aproximadamente
unas gotas de anís y levadura

ELABORACION:

Se baten bien los huevos y el azúcar mezclándolos con los demás ingredientes hasta formar una masa homogénea. A continuación, se forman las rosquillas del tamaño que se desee. Deberán ser delgadas, porque aumentan bastante de volumen al cocerse. Se colocan en las bandejas, se pintan con huevo batido y se meten al horno. El proceso de cocción ha de ser lento.



Amarguillos

INGREDIENTES:

500 grs. de almendra
400 grs. de azúcar
un poquito de zumo y ralladuras, de limón
1/4 de l. de claras de huevo

ELABORACION:

La almendra bien lavada se mezcla con el azúcar y se muele. Se añaden el resto de los ingredientes y se amasan hasta formar una pasta homogénea. Se introduce en la manga pastelera, con una boquilla del nº 22. Con ella se van formando montoncitos en la placa del horno, a los que se les pone encima, si se quiere, una almendra entera y un poco de azúcar. Se introducen al horno lento y después se dejan enfriar.



2



Pollo trufado

Este es un plato que puede durar de 4 a 6 días en el frigorífico.

Puede tomarse como fiambre, y en invierno se puede servir con una salsa caliente.

INGREDIENTES:

1 pollo de 2 kgs.
4 huevos
4 pastillas de caldo de carne
600 grs. de magro de cerdo, picado
100 grs. de jamón serrano, en lonchas
1/2 vaso de coñac o brandy
1 ó 1,5 kgs. de nuez moscada, según tamaño y gusto
pan rallado
pimienta molida, a gusto
2 zanahorias, 1 puerro y 1 cebolla

ELABORACION:

Se trocea el pollo - excepto las pechugas - en pequeñas porciones. Las pechugas se reservan para ponerlas en el centro con el jamón.

Se batan los huevos y se añaden las 4 pastillas de caldo de carne, el coñac o el brandy, la nuez moscada, la pimienta molida, la carne de cerdo picada, el pollo troceado y un poquito de pan rallado para darle consistencia.

Debe quedar una pasta sólida que no se desparame. Se precisarán unos tres puñados de pan rallado.

Sobre papel de aluminio, se extiende - en forma de rectángulo o en redondo - la mitad del picado. Encima del picado se colocan las pechugas y después el jamón serrano. A continuación se cubre con la otra mitad del picado. Se empaqueta todo con el papel de aluminio.

En la olla exprés se ponen a cocer la mitad de los huesos del pollo, 2 zanahorias, 1 puerro, 1 cebolla, el paquete con el pollo dentro, agua fría hasta la mitad del paquete y por encima la otra mitad de los huesos.

Una vez transcurridos 40 minutos de cocción - desde que empieza a silvar - se retira del fuego y se prensa durante 12 horas.

Se pone encima una tabla y algo de peso. Puede emplearse como peso la misma olla con el agua y los huesos. Se sirve frío.







CASTIL DE LENCES

MONASTERIO DE LA ASUNCIÓN



Nuestro Monasterio de La Asunción se encuentra ubicado en Castil de Lences, Villa de la provincia de Burgos, acurruada en un pliegue de la fractura del Páramo de Masa.

Castil de Lences contaba ya con un gran número de habitantes en el S. XIII. La idea de fundar un monasterio de Clarisas fue de Dña. Sancha de Rojas, cuyas posesiones incluían la propia Villa.

Durante algunos años se observó en el convento la Regla de Santa Clara, pero posteriormente, se adscribió a la Regla de Urbano IV para las Clarisas.

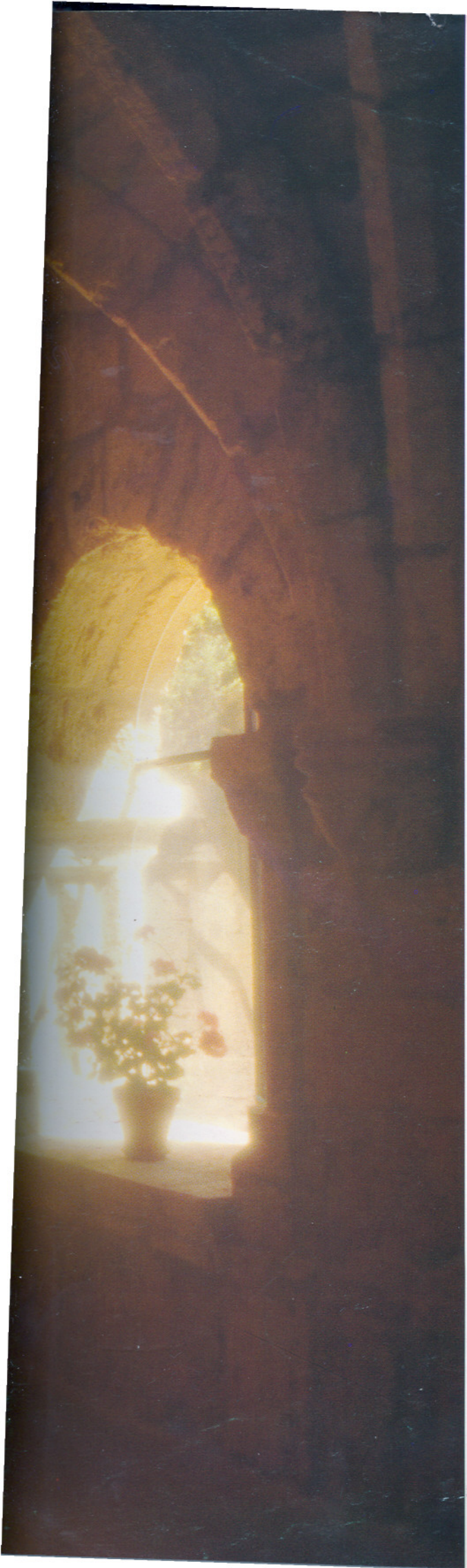
La invasión francesa repercutió en la paz de la Comunidad y al no llegar a Castil de Lences los ejércitos de Napoleón, nuestra casa fue refugio de varias comunidades de religiosas a quienes habían saqueado e incendiado sus conventos.

El 12 de enero de 1931, el monasterio sufrió un grave incendio en el que se perdieron las pocas obras de arte que poseía. Gracias a la tenacidad y al gran temple de la Madre Abadesa, M^a Antonia Díez Bastida - apoyada en todo por las 21 hermanas que formaban la Comunidad, vecinos, familiares y bienhechores -, se pudo volver a reconstruir el edificio y comenzar una nueva época.

El actual monasterio lo constituyen un conjunto de edificaciones de diversos estilos. El claustro es de construcción sencilla, de piedra de toba y planta romboidal. El coro es similar, de estilo algo más ojival. El refectorio es una amplia estancia de 133 m².

Actualmente integramos la Comunidad 19 hermanas. Nuestro medio de vida es el bordado artístico. El taller está incluido en la Guía Artesanal de Castilla y León, siendo el único en esta especialidad. Disponemos además de una pequeña hospedería en la que atendemos a todos con la alegre hospitalidad, recibida como sublime herencia de nuestras antecesoras.

*Claustro del Monasterio de La Asunción,
en Castil de Lences (Burgos).*





Aplastadillas

INGREDIENTES:

150 grs. o 1/2 barra de pan
 600 grs. o 3 rodajas de merluza
 150 grs. de jamón de York
 2 huevos
 1 cabeza de ajos
 1 cebolla pequeña picada
 2 ramitas de perejil picadas
 1/2 l. de caldo de pescado
 1 vasito de vino blanco
 1/2 l. de aceite
 sal

ELABORACION:

Se remoja el pan y se escurre bien. En una sartén, con poco aceite, se rehogan la merluza y el jamón con un poco de ajo y perejil. Se pica todo y se añaden los huevos batidos, removiendo con cuidado hasta lograr una mezcla homogénea. Con una cuchara se van cogiendo porciones de esta farsa que se fríen, por tandas, en aceite no muy fuerte. De este modo se forman unos buñuelos que, una vez fuera de la sartén, se aplastan con dos espumaderas. Por otra parte, se prepara una salsa con la cebolla frita,

un par de dientes de ajo picados, el perejil, el caldo y el vino, vertiendo esta salsa sobre las aplastadillas dispuestas en una cazuela. Se deja que cuezan a fuego lento durante 10 minutos. En el caso de que al echar la primera mezcla a la sartén se extendiese la masa sin formar los buñuelos, se corrige incorporándole pan rallado.

Si se desea, puede sustituirse la salsa por una de tomate frito a la que se añadirá un poco de

cebolla rehogada. 


Sopas tostadas

INGREDIENTES:

300 grs. de pan casero del día anterior, cortado en rebanadas muy finas
1 l. de buen caldo confeccionado con huesos de vacuno, carcasas de pollo, algún puerro y alguna zanahoria
150 grs. de chorizo en rodajas
4 cucharadas de aceite y sal

ELABORACION:

En una cazuela o fuente de hornear se van disponiendo las rebanadas de pan por capas y en la mitad, se coloca el chorizo bien distribuido. Anteriormente se habrá preparado en la olla exprés el caldo que se va a utilizar sazonado

con sal. Este caldo se vierte sobre las sopas para que se remojen y se esponjen, comprobando que las proporciones son las acertadas. El sistema es aplastarlas un poco con una cuchara de madera. Si aflora el caldo a la superficie, hay suficiente caldo. De no ser así, hay que añadirles un poco más. Se pone la cazuela a horno suave durante un tiempo total de 30 minutos. Se retira la cazuela 5 minutos antes y se rocía la capa superior con un aceite muy caliente, en el que se han frito y retirado un par de dientes de ajo. Se vuelve a meter la cazuela al horno con el dispositivo de gratinar en marcha, y cuando la superficie adquiera un color tostado fuerte, se retira y se sirve.  2



Bacalao al ajo arriero

INGREDIENTES:

3/4 kg. de bacalao, bastante grueso
8 dientes de ajo
1 cebolla picada
3/4 kg. de tomate natural o de bote
3 huevos batidos
1,5 dl. de aceite y sal

ELABORACION:

El día anterior se desmiga el bacalao y se pone en remojo cambiándole de agua 3 ó 4 veces. Cuando se va a guisar se retira, se escurre y se seca con una servilleta, sin estrujarlo. En una cazuela de barro se fríen 5 dientes de ajo en 6 cucharadas de aceite. Se retiran y se fríe el bacalao en ese mismo aceite. En otra sartén se fríen la cebolla - sin que llegue a tomar color - y 3 dientes de ajo en rodajas, añadiendo el tomate. Se deja cocer a fuego lento hasta que reduzca a la mitad. Se sazona de sal, se pasa por el "chino" y se incorpora al bacalao, dejándolo que hierva unos minutos. Por último se incorporan los huevos al guiso, retirándolos del fuego cuando cuajen ligeramente. La cazuela tiene que hervir despacio y tapada.





CASTRO URDIALES

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en la Villa de Castro Urdiales, antigua colonia romana denominada Flaviobriga, en la cornisa cantábrica.

Las primitivas religiosas vivieron en el Convento de Santa Clara, fundado hacia 1328 en el corazón de la Villa. Este monasterio sufrió diversos incendios y no pudo recuperarse tras la expulsión de la Comunidad en 1836.

A su vuelta del destierro el año 1882, alquilaron la casona actual, situada junto a la carretera, construida para ser

fonda y que se habilitó para la Comunidad. Ocupa una superficie de unos 3.000 m², incluyendo la hospedería y la huerta.

Actualmente formamos la Comunidad 8 religiosas. Nuestro medio de vida es el bordado, repaso, lavado y planchado de la ropa de las iglesias cercanas.

Cultivamos la huerta y un pequeño gallinero. Además servimos la comida a los sacerdotes de la Parroquia y, cada cierto tiempo, también a los sacerdotes de otras próximas, que se reúnen periódicamente para celebrar retiros.

Monasterio de Santa Clara, en Castro Urdiales (Cantabria).

Tortitas de patatas

La función de este plato es aprovechar las sobras de carne, pescado y pollo de la víspera. Es muy sabroso y económico. Fue introducido en nuestro monasterio por Sor María Jesús Polo en 1923.

INGREDIENTES:

No vamos a establecer cantidades exactas porque dependen de los excedentes de la víspera. Cuantas más sobras hayan quedado, necesitaremos menor cantidad de patata.

patatas
mantequilla
huevo

ELABORACION:

Se cuecen las patatas, se pelan, se aplastan y se mezclan bien con la mantequilla. Todas estas operaciones se hacen en caliente.

Se añaden las sobras picadas en trozos pequeños, y se hace una masa con la mezcla anterior como la bechamel. Se moldean en formas de tortas o bolitas, se pasan por huevo bien batido y se frien. Se sirven calientes acompañados de pimientos asados, tomate o cualquier otra guarnición de temporada.



Pastas rizaditas

El plato tiene unos 50 años de antigüedad. Su autora es también Sor María Jesús Polo.

La masa es muy parecida a la de cualquier galleta y lo novedoso es que llevan un vaso de vino de Misa y que se obtienen empleando la churrera.


Las preparamos por Navidad para obsequiar a nuestros familiares, amigos y bienhechores. Dos hermanas dedican todo un día para confeccionarlas y obtener así la cantidad suficiente para cumplir con nuestros compromisos en tan señalada Festividad.

INGREDIENTES para 1 kg. de pastas:

1 vaso de vino de Misa
2 huevos enteros
200 gr. de mantequilla
300 gr. de azúcar
1 limón rallado y exprimido
2 cucharadas de levadura
500 gr. de harina

ELABORACION:

Se mezclan todos los ingredientes, menos la harina que se deja para el final.

Una vez mezclados se agrega la harina y se amasa a mano. Se deja reposar un rato para que fermente la levadura. Se mete en la churrera, para obtener piezas de 5 ó 6 cms. de longitud, que se pasan por azúcar y se introducen al horno, previamente calentado, para que se doren. Recién hechas resultan duras, pero al poco tiempo estarán exquisitas.  1



CASTROJERIZ

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado a 1000 pasos del centro de la Villa de Castrojeriz, una de las poblaciones más interesantes de la Ruta Jacobea en la provincia de Burgos.

A lo largo de su historia, el convento ha conocido dos emplazamientos. El primero, cerca de la Fuente que se llama Tablín, distante una legua de Castrojeriz, y el segundo, el Monasterio de San Francisco, que abandonaron los Franciscanos en 1325 y al que se trasladaron las hermanas al año siguiente.

Tanto los documentos históricos como la tradición oral, concuerdan al afirmar que la primera fundación fue en Tablín. Aunque no se precisa la fecha, podemos deducir que tuvo lugar entre 1253 y 1284. La más probable es la de 1264.

Al dejar libre los frailes Franciscanos su primer convento, las religiosas pasaron al nuevo, después de que los vecinos de Castrojeriz “cercaran el lugar con altos y fuertes muros” a fin de que resultara menos peligroso, adaptándolo a las exigencias de un Monasterio de Clarisas. La correspondiente escritura de este hecho es del 16 de mayo de 1326.

El convento fue favorecido por muchos reyes y nobles. En el archivo existen Privilegios de Pedro I (1351), Enrique II (1372), Juan I (1379 y 1390), Enrique III y Juan II.

Cuando Dña. María de Padilla, la amante del Rey Pedro I, trató de promover un Monasterio de Clarisas en Astudillo, su pueblo natal, eligió para tal propósito a sus fundadoras entre las religiosas de este Monasterio de Castrojeriz.



*Monasterio de Santa Clara,
en Castrojeriz (Burgos).*



El templo es gótico, como la puerta principal. Entre el S. XVIII y el S.XX se realizaron numerosas obras de restauración en todo el edificio.

Al terminar la Guerra Civil, 5 hermanas de la Comunidad de Durango se incorporaron a Castrojeriz con el fin de paliar la grave situación de este monasterio.

Vivimos de la confección de géneros de punto para una fábrica de Burgos.



Merluza de Navidad

Se trata de un plato para las grandes fiestas. Lo denominamos de Navidad porque antiguamente el día de Nochebuena era vigilia y solemnizábamos la Festividad con este plato.

INGREDIENTES:

1 kg. de merluza
1/4 kg. de almejas
1 lata de espárragos
aceite, ajos, perejil y sal

ELABORACION:

Se trocea la merluza en rodajas, se sazonan con sal y se colocan en una cacerola de barro.

Se fríen los ajos y se deja entibiar el aceite. Se retiran los ajos y se vierten sobre las rodajas de merluza. Se ponen las lonchas al calor para que se hagan al vapor lentamente soltando su jugo. Se añaden las almejas y se adornan con una punta de espárrago en cada rodaja. Al final se añade el perejil.



Flan de miga de pan

Este plato es muy útil para aprovechar las sobras de pan seco.

INGREDIENTES:

pan duro
leche
3 tazas de azúcar
4 huevos
la ralladura de un limón
natas o mantequilla

ELABORACION:

Se pone a remojar el pan en leche hasta que se haga una masa. Se deja reposar un par de horas. Posteriormente se añaden los huevos, el azúcar, una taza de leche, la ralladura de limón y las natas. Se pasa todo por la batidora y se vierte sobre un molde previamente caramelizado con azúcar derretido.

Se pone al horno a fuego lento, por arriba y por abajo, durante 30 minutos aproximadamente.

Rollitos de jamón con puerro

Preparamos este plato durante la temporada en la que "nuestra huerta nos ofrece sus deliciosos puerros".

INGREDIENTES:

12 lonchas de jamón cocido
12 puerros
aceite o mantequilla
harina
leche
sal

ELABORACION:

Se cuece la parte blanca de los puerros, troceados a la medida de las lonchas de jamón.

Con las lonchas de jamón se hacen rollitos envolviendo el puerro cocido. Se colocan en una fuente.

Se prepara por separado la bechamel con aceite o mantequilla, harina, leche y sal.

Se cubren los rollitos con la salsa de bechamel y se meten al horno a gratinar. Cuando estén doraditos por arriba se sacan y están listos para servir.





Albóndigas de bacalao

INGREDIENTES:

300 grs. de bacalao
150 grs. de miga de pan, humedecida en leche
2 huevos batidos
1 plato de harina
1/2 l. de aceite, que sobrar  en parte
1 ramita de perejil picado
2 dientes de ajo
1 hoja de laurel
sal

ELABORACION:

Se desmiga el bacalao, que deberá haber estado 36 horas en remojo, cambiándole 3   4 veces el agua. Se mezcla con la miga de pan y los huevos hasta lograr una masa homogénea. Se sazona con sal. Seguidamente se hacen las albóndigas utilizando una cuchara de madera. Se rebozan en la harina, se fríen por tandas, en aceite muy fuerte, hasta que se doren. A continuación se colocan en una cazuela de barro incorporando un poco del aceite sobrante de freír, el perejil y el ajo ambos machacados, y la hoja de laurel. Por último se cubren con agua ligeramente y se les da un hervor. Antes de sacarlas a la mesa deben reposar un poco.



Tarta de manzana

INGREDIENTES:

1 yogur de limón y 3 huevos
1 medida de yogur, de aceite
2 medidas de yogur, de azúcar
3 medidas de yogur, de harina
2 cucharadas de ralladura de limón
1 sobre de levadura
3 manzanas reinetas grandes, peladas y cortadas en láminas

ELABORACION:

Se hace una crema con el yogur, el aceite, el azúcar, la harina, los huevos, la ralladura y la levadura.

Esta crema se coloca por capas con las láminas de manzana en un recipiente que se pueda hornear. Se mantiene en el horno durante 25 minutos, a fuego más bien fuerte.



Conserva de fruta al natural

INGREDIENTES:

fruta madura
4 cucharadas soperas, de azúcar
1 l. de agua

ELABORACION:

Se elige la fruta madura y sana. Si son peras, manzanas o melocotones, se pelan y cortan por la mitad. Si son ciruelas o cerezas, se lavan.

Se llena el tarro de cristal con la fruta.

En un recipiente aparte, se prepara el azúcar con el agua. Se completa el tarro con el agua azucarada hasta que la fruta quede cubierta. Se cierra herméticamente con la tapa metálica.

Seguidamente se pone el tarro al baño María para que hierva durante 15 minutos a fuego moderado.





Fritos de arroz

INGREDIENTES:

1/2 kg. de arroz
1 l. de agua
3 huevos
1/2 l. de aceite, que sobrar  en parte
1 cucharada y media de harina y sal

ELABORACION:

Se cuece el arroz en la cantidad de agua señalada, durante 20 minutos, sazonando con sal. Se retira del fuego, se escurre y se deja enfriar. Seguidamente se le incorporan los huevos batidos y la harina, mezclándolo todo muy bien. Con esta masa se confeccionan unas bolitas que se fríen por tandas en aceite muy fuerte. Cuando est n doradas se retiran y se sirven. En el caso de que se desee consumir este plato como postre, se sustituye el agua por leche, sometiéndole a una cocción más lenta.



3



Huevos gigantes

INGREDIENTES:

12 huevos
150 grs. de chorizo en lonchas
1/2 l. de aceite
sal

ELABORACION:

Se separan las yemas de las claras, batiendo estas últimas a punto de nieve. Se echa el aceite en la sartén y, cuando está muy fuerte, se vierte con cuidado algo más de la mitad de una clara. En el centro se coloca una loncha de chorizo y la yema del huevo, cubriéndolo todo enseguida con la otra parte de la clara, dándole una vuelta en la sartén.

Una vez que est  bien frito, se retira y se sazona con sal. Se procede de igual modo con el resto hasta terminar. Se sirven calientes.





CÓRDOBA

MONASTERIO DE SANTA ISABEL DE LOS ANGELES



Coro del Monasterio de Santa Isabel de los Angeles, en Córdoba.



Nuestro Monasterio de Santa Isabel de los Angeles

es conocido entre los cordobeses como el Convento de San Pancracio, ya que en él se honra al abogado de la salud y del trabajo.

Está ubicado en pleno centro de la ciudad frente a la Iglesia de Santa Marina, primera de las de Córdoba, donde fue bautizado el famoso torero Manuel Rodríguez "Manolete", cuyo monumento se halla en las proximidades.

Como tantos otros monasterios, su origen fue un beaterio, autorizado por el Papa Sixto IV en Bula otorgada en 1483.

Su estatuto monástico fue aprobado por el Papa Alejandro VI el año 1493, después de que en 1491 fuera fundado por Dña. Marina de Villaescusa, a la que se le unieron diversas piadosas mujeres.

A lo largo de su dilatada historia no se han producido incidencias importantes hasta la pasada Guerra Civil en la que quedó parcialmente destruido. Pudo rehabilitarse gracias a la venta de la huerta adyacente.

Actualmente integramos la Comunidad 18 hermanas y nos regimos por la Regla de Inocencio IV. Nuestro medio de vida es una pastelería artesanal, cuyas elaboraciones gozan de la estima de los cordobeses.



Soufflé de verduras

INGREDIENTES:

- 100 grs. de jamón dulce
- 1 coliflor
- 1/2 l. de leche
- 4 huevos
- 600 grs. de patatas
- 50 grs. de mantequilla y sal
- 400 grs. de coles de Bruselas
- 400 grs. de espinacas
- 1 lata de puntas de espárragos

ELABORACION:

Se limpian la coliflor, las coles de Bruselas y las espinacas. Se hierven con agua y sal y se escurren. Con las patatas y la leche se prepara un puré, que se une a las verduras, añadiendo el jamón y las yemas de huevo. Se trabaja esta mezcla con la batidora hasta obtener un puré fino. Se agregan la mantequilla derretida y las claras batidas a punto de nieve. Se echa el preparado en un molde soufflé, previamente untado con mantequilla. Se cuece al baño María en el horno durante 45 minutos. Al servirlo se adorna con las puntas de espárrago.





Patatas duquesas

INGREDIENTES:

1 kg. de patatas
50 grs. de mantequilla
2 huevos
2 dl. de leche
50 grs. de queso rallado y sal

ELABORACION:

Se pelan las patatas y se cuecen con agua y sal. Se escurren bien y se trituran con la batidora. En el mismo recipiente, se vierten la mantequilla, la leche, los huevos y la mitad del queso. Se mezcla todo y se coloca en una fuente formando una pirámide. Se espolvorea el queso restante sobre la mezcla y se pone unos minutos al horno para que adquiera un tono dorado. Este plato puede servir también como acompañamiento de una carne.



Flan de castañas

INGREDIENTES:

500 grs. de castañas
3/4 l. de leche
150 grs. de azúcar
4 huevos
150 grs. de mantequilla
250 grs. de nata
100 grs. de guindas
un poco de vainilla

ELABORACION:

Se pelan las castañas y se cuecen con la leche, a la que se añaden 100 grs. de azúcar, la mantequilla y la vainilla. Una vez cocidas, se colocan en un recipiente hondo, al que se incorporan los huevos. Se baten con la batidora, hasta obtener una pasta fina. Se vierte en un molde de flanes, previamente caramelizado con azúcar, y se cuece durante 30 minutos al horno. Con una manga pastelera de boquilla rizada se decora el flan con nata. Sobre la nata se colocan las guindas esparcidas.



Flan de arroz Aurora

INGREDIENTES:

200 grs. de arroz
1/4 l. de aceite
2 cucharadas, de puré de tomate
2 huevos
un poco de zumo de limón
mostaza y sal

ELABORACION:

Se hierve el arroz con abundante agua y se escurre bien. Se vierte en un molde y se cubre en una fuente. Se prepara una salsa mayonesa con el huevo, el aceite, la sal, la mostaza y el zumo de limón, ayudándose con la batidora. Se añade el tomate a la salsa, y se cubre con ella el arroz. Se espolvorea huevo duro muy finamente por encima.



2

Soufflé de jamón

INGREDIENTES:

200 grs. de jamón dulce
4 huevos
30 grs. de harina
75 grs. de mantequilla
1/4 l. de leche
pimienta
nuez moscada y sal

ELABORACION:

Con la leche, la harina y la mantequilla, se prepara una salsa bechamel, que se sazona con sal, pimienta y nuez moscada. Con la batidora, se tritura el jamón en la bechamel, y se añaden las yemas de huevo y las claras batidas a punto de nieve. Con esta salsa se llena un molde suflé previamente untado de mantequilla. Se cuece al baño María durante 30 minutos y se sirve nada más sacarlo del horno.

Champiñones a la crema

INGREDIENTES:

400 grs. de champiñones
2 huevos
50 grs. de mantequilla
25 grs. de harina
1/4 l. de leche
pimienta, nuez moscada y sal

ELABORACION:

Con el disco mezclador de la batidora, se trabajan las yemas de huevo, la harina y la mantequilla derretida. Se agregan a la mezcla la leche, las claras batidas a punto de nieve y los champiñones cortados en lonchas finas. Se sazona con sal, pimienta y nuez moscada y se cuece durante 10 minutos.



Carne rellena

INGREDIENTES:


600 grs. de falda de ternera
150 grs. de carne magra de cerdo, picada
1 huevo
2 cebollas
4 pepinillos en vinagre
50 grs. de pasas
50 grs. de harina
1 manzana
200 grs. de tomate
1 copa de vino de Jerez
un poco de mostaza
manteca de cerdo
pimienta, nuez moscada y sal



ELABORACION:

Se elige la carne muy fina, se aplasta y se sazona con sal. Con la cuchilla de la batidora, se trituran la manzana, una cebolla, las pasas y los pepinillos.

Se añaden la carne picada, la harina y el huevo. Se sazonan con sal, pimienta y nuez moscada y se agrega la mostaza para obtener un picadillo fino. Se rellena la carne con esta farsa, se ata con hilo y se coloca en una cacerola con la cebolla restante, los tomates, la manteca y el vino de Jerez. Se cuece a fuego suave durante una hora.

Se sirve en una fuente con la salsa pasada por un colador.  3





DERIO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



El actual emplazamiento de nuestro monasterio

en el alto de Artebakarra - en la antigua carretera que une Bilbao con Munguía - es el cuarto que ocupa nuestra Comunidad a lo largo de sus 627 años de existencia.

Según el Informe de 1646, que Fray Pedro de Loibe envía al Comisario General de los Franciscanos, "la primera fundación fue en un palacio, que está junto al Convento de San Mamés - fundado en 1450 por los Franciscanos - ha más de 280 años". Por lo tanto, el grupo inicial de beatas se formó hacia 1366.

El Papa Pío V decretó en 1566 que todas las Ordenes femeninas ingresaran en clausura o desaparecieran.

El palacio junto a San Mamés no debía reunir suficiente espacio para ser de clausura y según el Padre Loibe, "desde allí se trasladaron a Santa Bárbara de Abando, que con sus dotes y limosnas lo edificaron, y, por la devoción que tenían a la Virgen, se llamó en muchos años, Nuestra Señora de los Angeles, y hoy se llama, Santa Clara de Bilbao". Loibe lo describe "en llana arboleda, cercado de paredes altas, en espacio de 1.000 pasos".

En 1583 estaba edificado y habitado en su mitad, ya que Gonzaga confiesa en su Cronicón que "el Convento de Santa Bárbara puede alojar cómodamente 26 religiosas" y el Padre Loibe declara en 1646 que "lo habitan 50 religiosas". De su iglesia dice Labayru que constaba de 5 altares con sus retablos dorados. El de Santa Clara fue construido por Juan de Elguero, de Limpias (Santander) en 1697 y cobró 9.100 reales de vellón. De entonces data también la imagen de Santa Clara que se conserva en el coro.

El Convento de Abando con su iglesia y huerta fue incautado por el Gobierno en 1837 y vendido en 1843 por 68.500 reales.

Tras el Concordato, la Comunidad decidió construir un nuevo convento en Begoña en 1851. Compró el caserío Iturriaga con su heredad de 11.580 m.² en 17.000 ptas. En él se construyeron la casa de los capellanes, el convento de planta baja, 2 pisos, la iglesia con sus 3 retablos y el campanil para 4 campanas. Las obras duraron 27 años.

El Convento de Begoña permaneció de 1854 a 1971, año en el que la Comunidad se trasladó a su actual emplazamiento.

Monasterio de Santa Clara, en Derio (Bizkaia).

M

Mostachones

Estas pastas son ideales para acompañar a un buen café con leche o cualquier vino dulce. Su preparación se ha ido transmitiendo en nuestro monasterio, de generación en generación.

A los que nos visitan se les obsequia con un paquete de mostachones de despedida y quienes los prueban los elogian encarecidamente.

INGREDIENTES para confeccionar una buena cantidad, aproximadamente dos cajas de galletas de tamaño grande:

7 huevos

1/2 kg. de azúcar

1/2 kg. de harina

ralladura de limón

un poco de bicarbonato

un poco de colorante

ELABORACION:

Se baten bien los huevos durante 20 minutos agregando la ralladura de limón y el colorante. Se añade el azúcar y se sigue batiendo otros 20 minutos. Lo más importante es obtener una buena mezcla, por lo que se recomienda utilizar una batidora eléctrica, con la que se tarda menos tiempo. Una vez bien batida, se añaden la harina - sólo mezclar, no batir - y el bicarbonato.

Se prepara el horno caliente a unos 150° ó 200°. Se untan las bandejas con un poquito de aceite para que no se peguen y sobre ellas, con una cuchara sopera, se van colocando montoncitos, redondeados con la misma cuchara y cuidando la separación entre unos y otros. Se meten las bandejas al horno.

Se dejan enfriar, antes de colocarlos en las cajas, para que no pierdan la forma.  1





DURANGO

MONASTERIO DE SAN ANTONIO DE PADUA



Nuestro Monasterio de San Antonio de Padua se halla en la parte oriental de la Villa de Durango, junto al casco antiguo, y es conocido como “de San Francisco”.

Lo fundaron en el primer tercio del S. XV cuatro damas duranguesas que se aposentaron en la Ermita de Santiago - hoy desaparecida - recibiendo el hábito de la Tercera Orden de San Francisco.

A los pocos años levantaron otra sede en el centro de la Villa - el Beaterio de Santa Isabel - que fue destruido en el incendio que asoló Durango el 11 de marzo de 1554.

Durante ese siglo nuestra Comunidad gozó de la paternal protección del ilustre durangués Fray Juan de Zumárraga, franciscano, primer Obispo y Arzobispo de Méjico, quien nos donó una escogida biblioteca en latín, en uno de cuyos libros puede leerse esta dedicatoria escrita de su puño y letra: “Este libro es de las beatas de Durango, para el Hospicio. Les manda Fray

Juan de Zumárraga, Obispo de Méjico”.

A finales del S. XVI se inició la construcción del nuevo monasterio en su actual emplazamiento. Adoptó la clausura monacal bajo la Regla de Santa Clara, y a partir de 1610 se llamó de “Santa Isabel y San Antonio de Padua”, tomando el nombre de “Hermanas Clarisas”. Fue cuartel de las tropas napoleónicas, que en su retirada quemaron el monasterio por los cuatro costados, quedando totalmente destruido. Se reconstruyó en 1819.

En 1867 se abrió un Colegio de Enseñanza en régimen de internado, que funcionó hasta 1972. Desde 1973 imparte clases para alumnas externas.

Actualmente integramos la Comunidad 41 hermanas y nuestro principal medio de subsistencia es el Colegio, además de los productos de la huerta y de algunos animales domésticos que criamos para nuestro propio consumo.

Monasterio de San Antonio de Padua, en Durango (Bizkaia)

Bacalao Fray Juan de Zumárraga

INGREDIENTES para 6 personas:

1,5 kgs. de lomo de bacalao, cortado en 12 tajadas y desalado según el procedimiento clásico

3 pimientos rojos grandes - a poder ser entreverados - o 2 latas de tamaño normal
huevos y harina, para rebozar
aceite, ajo y sal

ELABORACION:

Se fríen las tajadas de bacalao, previamente pasadas por harina y huevo. Para freírlas recomendamos la técnica de M^{ra}. Eugenia Uncilla, gran colaboradora de nuestro Colegio y con muchos años de oficio en la confección de platos de bacalao:


"Cuando esté el aceite caliente en la sartén, se van depositando las tajadas. Inmediatamente de haber colocado la última se da la vuelta a la primera y así sucesivamente, sin parar. Al dar la vuelta a la última, se retira la primera, y así hasta terminar".

Las tajadas fritas se depositan en una cazuela que se tapa para que reposen durante un rato.

Es aquí cuando verdaderamente se terminan de hacer por dentro. Los pimientos rojos se habrán preparado aparte. Si son naturales se asan, se pelan y se elaboran en una cazuela con aceite y ajos. Si son enlatados se trabajan de la misma forma.

Cuando unos u otros estén bien hechos - circunstancia que es fundamental, para que no nos repitan - se incorporan a la cazuela en la que están depositadas las tajadas fritas.

Se deja todo en reposo para que el bacalao vaya absorbiendo el jugo de los pimientos. A la hora de servir se calienta en el fuego dándole a la cazuela un par de sacudidas.

Terminamos con una recomendación importante: Los pimientos rojos hay que prepararlos caldosos, ya que la harina con la que se ha frito el bacalao absorbe mucho líquido, y se corre el riesgo de que el plato quede seco.  1



Empanadillas

Parece ser que este plato es creación de la Hna. Delfina. Nuestra actual cocinera, la Hna. Purificación Illarramendi, que lleva más de 50 años de oficio, recuerda que ya existía cuando ella ingresó. Está muy ligado a la historia de nuestro internado, y ha sido muy apreciado por muchas generaciones de educandas.

Actualmente es el plato obligado de cualquier reunión de antiguas alumnas.

INGREDIENTES:

1 kg. de harina
1 taza de café, de manteca de cerdo
1 taza de café, de mantequilla
2 huevos
chorizo, o jamón, o bonito, para el relleno
agua y sal

ELABORACION:

En un recipiente se deposita la harina. En el centro se hace un hoyo y se echan los demás ingredientes, menos el chorizo. Se vierte el agua "que pida" y la sal. Se amasa todo junto, sobándolo mucho en una mesa de mármol, hasta que la pasta no quede demasiado blanda.

El éxito del plato radica en la siguiente manipulación. Se coge un trozo de la masa, se pone sobre una tabla rociada con un poco de harina, y se extiende con el rodillo hasta que quede una lámina fina. Se colocan 1 ó 2 trozos de chorizo. También se pueden poner en su lugar, jamón, bechamel, o bonito los días de vigilia. Se cubre doblando la masa y se va cortando en cuadrados de unos 8 ó 9 cms de lado.

Se fríen en aceite no demasiado caliente.

Puños de San Francisco

Se trata de un postre muy típico de nuestro monasterio que reservamos para las grandes solemnidades y para corresponder a nuestros bienhechores y amigos. En alguna comida institucional, organizada por el Ayuntamiento, se nos ha requerido para preparar este postre, prueba del arraigo que tiene en Durango. Su creadora fue la Hna. Delfina Inchaurrendieta, natural de Abadiano, fallecida el año 1964. Antes de profesar como religiosa fue oficiala de una importante confitería de Durango, donde adquirió sus conocimientos de repostería y cocina, que le permitieron crear éste y otros exquisitos platos.

INGREDIENTES para 12 puños:

Para el bizcocho

4 huevos

150 grs. de azúcar

125 grs. de harina, cernida

azúcar glase

Para la crema/natilla

1 l. de leche

corteza de limón, cortada en tiras

1 palo de canela

250 grs. de azúcar

100 grs. de harina

7 huevos, 2 enteros y las yemas de los otros 5

ELABORACION:

Del bizcocho:

Se baten el azúcar y los huevos en una batidora eléctrica al nº 3, hasta que estén a punto de nieve. Una vez bien batidos, se agrega la harina removiendo, en forma envolvente, con una batidora de mano. Se pone toda la mezcla en una manga pastelera.

Se tendrá preparado de antemano papel de estraza, donde se deposita la mezcla en tiras de 4 ó 5 cms. de ancho y 18 ó 20 cms. de largo. Se deja una separación de 2 cms. de tira a tira para evitar que se peguen al dilatarse.

Se meten al horno, que estará caliente a 190º y se tienen 5 minutos hasta que se doren. Se sacan del horno y se dejan enfriar unos 45 minutos.

De la crema/natilla:

Se pone a hervir la leche con el limón y la canela. En otro recipiente se mezclan la harina y el azúcar, sin que queden grumos. Después se añaden los huevos - 2 enteros y 5 yemas - y se revuelve todo hasta que quede bien mezclado y amarillo. Después, se incorpora la leche hervida. Primero se vierte un poco. Una vez que esté bien mezclado se echa el resto de la leche. Se pone todo a fuego lento. Se sigue revolviendo con una cuchara de palo. Se saca en cuanto comience la ebullición. Este proceso requiere mucha atención. Se tiene preparado un barreño

con agua fría. Se introduce en él un cazo con la crema y se sigue revolviendo. Se saca antes de que se enfríe y se va colocando la crema sobre las tiras de bizcocho, que tendremos colocadas del revés. Primero se extiende un poco de la crema hasta que cubra todo el bizcocho. Después más cantidad, sobre todo en el centro para que no se escape. Se cortan las tiras por la mitad, para que queden del tamaño de un puño, y se van enrollando de una en una, para darle la forma.

Se espolvorea azúcar glase sobre los puños con un colador.





Espárragos frescos en vinagreta

Se trata de un plato muy popular que, por supuesto, no es originario del monasterio. Nuestras crónicas atestiguan que antiguamente cultivábamos espárragos, pero hace ya muchos años que no lo hacemos.

INGREDIENTES:

6 espárragos frescos, por comensal
agua abundante
sal

un poco de aceite

zumo de limón, opcional

Para la vinagreta: aceite, vinagre, sal... y lo que apetezca al cocinero: pimienta verde picada, huevo cocido machacado...

ELABORACION:

Se pelan los espárragos, cortando el extremo final, que no suele llegar a cocerse. Se limpian muy bien en el agua para quitarles todos los restos de tierra.

Se pone a hervir agua con sal y un chorrito de aceite. Algunos le añaden zumo de limón para evitar que los espárragos se pongan amarillos. Otros añaden unas claras de huevo para eliminar el amargor. En todo caso, se pueden cocer solamente con agua y sal.

El tiempo de cocción varía según el diámetro del espárrago. Para asegurar que todos están bien cocidos hay que pinchar el extremo posterior - el contrario a la punta - de la pieza de mayor diámetro. En general con 30 minutos largos de cocción será suficiente.

Una vez cocidos se sacan con una espumadera y se depositan en una fuente. Recomendamos que se sirvan templaditos, añadiéndoles una salsa vinagreta o mayonesa.

El agua de cocción de los espárragos debe guardarse para elaborar el plato "Sopa de ajo clariana", que se incluye en esta misma página.



Sopa de ajo clariana

Con este plato se aprovecha el caldo de la cocción de los espárragos frescos, cuya receta se encuentra en esta misma página, así como los restos de pan de otros días.

INGREDIENTES:

el caldo de la cocción de los espárragos frescos
1/2 diente de ajo, por persona

1 pimiento choricero seco, para cada 5 personas

1 cucharada de tomate, para cada 2 personas

1 huevo batido, para 2 personas

20 grs. de tocino, por persona

1 pistola - pan para sopas -, para 6 personas.

tocino betado o bacon

aceite y sal

ELABORACION:

En una cazuela se fríen los ajos y se doran. Se reservan. En un puchero se hierven los pimientos choriceros, previamente abiertos, despepitados y remojados. En el aceite donde se han frito los ajos se fríe el bacon cortado en trozos pequeños y se reserva. En este mismo aceite se rehogan bien las cortezas del pan seco - pistolas -, previamente cortadas en trozos. Esta operación es muy importante. A continuación se vierte el caldo de los espárragos haciéndolo hervir con el pan. Se va agregando el tocino frito, los ajos fritos majados, la pulpa de los pimientos choriceros y la salsa de tomate.

Momentos antes de servir se baten los huevos, se agregan a la sopa y se revuelve todo para que cuajen en forma de hebras.





EL TOBOSO

MONASTERIO DE LA CONCEPCIÓN



Nuestro Monasterio de la Concepción en El Toboso. Villa de la provincia de Toledo, fue fundado en el año 1546.

Por aquel entonces, la Comunidad profesaba la Tercera Orden de San Francisco.

Las religiosas fueron exclaustradas durante la Guerra Civil. Al finalizar la contienda, regresaron al monasterio sanas y salvas.

El 2 de julio de 1943 la Comunidad se incorporó a la Segunda Orden de Santa Clara, profesando la Primera Regla de la Fundadora.

Con este motivo se celebró una solemne Eucaristía que fue concelebrada por varios sacerdotes.

En la homilía participaron los Terciarios Seglares de San Francisco, y en ella se dieron cita, además, innumerables fieles de El Toboso.



Imagen de la Virgen, en la fachada del Monasterio de la Concepción, en El Toboso (Toledo).



Garbanzos manchegos

Se trata de un plato típico de la región que, igual que en nuestro monasterio, se elabora en cualquier casa manchega.


INGREDIENTES:
1 kg. de garbanzos
cebolla, ajos y pan
bicarbonato y sal

ELABORACION:

Se ponen de víspera los garbanzos a remojo con un poco de sal y bicarbonato.

Al día siguiente se meten en la olla exprés con agua, cebolla picada y un poco de aceite. Se ponen a hervir.

En una sartén con aceite se fríen cebolla y pan y se echa todo a la olla, añadiéndole la sal. Se cierra. Los garbanzos estarán bien cocidos en menos de una hora, aproximadamente.

No hay que poner demasiada agua en la olla, ya que los garbanzos deben quedar jugosos pero no deslávados.  **1**





Croquetas de carne o de pescado

Se trata de un plato que sirve para aprovechar las sobras de carne o pescado de la víspera.

INGREDIENTES:

carne o pescado de la víspera
huevos duros, cebolla, tomate y aceite
harina, aceite, leche y sal, para la bechamel

ELABORACION:

Se pica la carne en la picadora o, en el caso del pescado, se pela, desespina y desmenuza. En ambos casos se mezcla con huevo duro. Por otro lado, se ponen en una sartén cebolla finamente picada y tomate, que se mezclan con la carne o pescado y el huevo duro. En un cazo se prepara una salsa bechamel - que debe quedar espesa - a base de harina, un poco de aceite, leche y sal. Se mezcla la bechamel con la carne, el huevo duro, la cebolla y el tomate, dejándola enfriar. Con esta masa se confeccionan unas croquetas que se pasan por huevo batido y pan rallado y se fríen en aceite abundante y bien caliente. No se indican las cantidades porque varían en función de la cantidad de las sobras.

Pichones rellenos

Se trata de un plato especialidad del monasterio, que se prepara en las grandes solemnidades. Cuando existía palomar en nuestra casa, se confeccionaba con más frecuencia que en la actualidad.

INGREDIENTES:

1 pichón, por comensal
jamón y huevo cocido, para el relleno
1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1 cucharada de aceite y media de vinagre, por cada pichón
doble cantidad de agua o caldo que de aceite y vinagre
si los pichones son duros, se aumentará la cantidad de agua

ELABORACION

Se pelan con mucho cuidado los pichones, se evisceran - destripan - y se rellenan de jamón y huevo duro picado. Una vez rellenos se meten las patas en los cortes que se habrán hecho previamente en la parte de atrás y las alas en los huecos del buche.

Se ponen a dorar los pichones en una cazuela con aceite y luego se apartan. En el mismo aceite se pocha la cebolla y se añaden los ajos, el vinagre y el agua. Se colocan los pichones en la cazuela y se ponen a hervir hasta que se vaya reduciendo el agua. Se sazonan a gusto de los comensales.



2





ENTRENA

MONASTERIO DE NTRA. SRA. DE LOS ANGELES



Nuestro Monasterio de Ntra. Sra. de los Angeles, conocido por “el Convento de Santa Clara”, se halla en el Barrio de las Bodegas de la Villa de Entrena, en la Comunidad Autónoma de La Rioja.

Fue fundado entre 1503 y 1505 por los Condes de Aguilar. Las primeras religiosas de este convento fueron 3 hermanas de la Comunidad de Tordesillas.

Antes de ser erigido como Convento de Santa Clara fue palacio de los Condes de Aguilar. De la documentación que obra en el monasterio se deduce la preocupación de conservar el primitivo edificio.

Con la Desamortización de Mendizábal, la Comunidad se vió despojada de todo, y el Obispo de Calahorra decidió cerrar el convento en 1909 debido a su mal estado. Sin embargo, providencialmente, apareció el dinero suficiente para iniciar las obras de restauración. Desde 1967 hasta el día de la fecha, el monasterio ha podido ser reconstruido prácticamente en su totalidad.

Formamos la Comunidad 12 religiosas. Nuestro medio de subsistencia es la repostería y las aportaciones recibidas de la antigua hospedería, reedificada en 1989 y convertida en casa de acogida para grupos de oración y familiares. Además cultivamos una huerta para nuestro consumo.

Puerta de acceso al patio interior del Monasterio de Ntra. Sra. de los Angeles, en Entrena (La Rioja).

Huevos rellenos en salsa

INGREDIENTES:

Para los huevos:

12 huevos
2 pechugas de pollo, o 300 grs. de bonito e
aceite, o 250 grs. de jamón serrano
1 vaso pequeño, de nata casera
sal y perejil

Para la salsa:

1 cebolla grande
1 vaso grande, de agua
1 vaso grande, de vino blanco
4 yemas cocidas, separadas de los huevos coci-
dos
2 trocitos de corteza de pan
sal y pimienta blanca

ELABORACION:

De los huevos:

Se cuecen los huevos, se pelan, se parten por la
mitad y se les quitan las yemas, reservando 8
por un lado y 4 para la salsa.

Se aplastan las 8 yemas en una fuente y se añaden
las pechugas picadas en trozos pequeños,
o el bonito en migajas, o el jamón cortado en
dados. Se les agregan el vaso de nata y el pere-
jil. Se sazona sólo en el caso de que se utilice
pechuga de pollo, porque el bonito y el jamón
ya tienen sal.

Se mezcla todo haciendo una pasta, con la que
se rellenan las mitades de los huevos. A conti-
nuación se rebozan en huevo y se frien. Se colo-
can en una cazuela de barro, se agrega la salsa
y se rehogan en ella durante 10 minutos a fuego
suave. Se sirven calientes.

De la salsa:

Se rehoga la cebolla bien picada en un poco
de aceite. Se le añaden el agua, el vino, la cor-
teza de pan, sal y pimienta. Se deja hervir
durante unos 7 minutos hasta que quede el sofri-
to un poco espeso. Se saca del fuego, se le
agregan las 4 yemas cocidas que hemos apar-
tado y se tritura todo con la batidora. Se extiende
la salsa sobre los huevos ya rellenos y colo-
cados en la cazuela de barro.




Roquitas

Esta receta tiene 3 años de antigüedad. Es una
creación de nuestra Hna. Repostera.

INGREDIENTES:

300 grs. de margarina, de calidad
500 grs. de azúcar
2 dl. de agua
300 grs. de harina de almendra
250 grs. de granillo de almendra
475 grs. de harina floja

ELABORACION:

Se hace un almíbar de bola floja con el azúcar
y el agua. A continuación se baten la margarina
y el almíbar. Una vez bien mezclados se vierten
en un bol y se les incorpora la harina de almendra.
Se revuelve bien y se le añade la harina floja.
Se mezcla todo de nuevo. A continuación
se echa en una bandeja de horno con una
manga pastelera, haciendo montoncitos de 3
cms. de diámetro. Se cubren con el granillo de
almendra y se ponen a cocer a horno suave - a
unos 200° - hasta que se tuesten. Se dejan
enfriar y se envasan inmediatamente en una
caja de plástico o de latón, herméticamente
cerrada.  1

Sabores de La Rioja

Se trata de un plato creado por nuestra actual cocinera hace 16 años, que ha tenido gran éxito en toda la comarca.

INGREDIENTES:

1ª parte:

1,2 kgs. de zanahorias finas

2 dl. de aceite de oliva

50 grs. de mantequilla

4 dientes de ajo

perejil y sal

2ª parte:

500 grs. de lechuga verde

500 grs. de acelga, sólo la parte verde

100 grs. de margarina vegetal

1/2 cucharada de harina, sal, pimienta blanca

3ª parte:

2 kgs. de patatas peladas

400 grs. de chorizo, en rodajas gruesas

3 pimientos choriceros secos

1 dl. de aceite de oliva

1 cucharadita de pimentón

2 cucharadas de puré de pimiento

4 cucharadas de puré de tomate y sal

ELABORACION:


1ª parte: En una cazuela de barro se ponen a fuego lento el aceite y la mantequilla. Se rehogan los ajos bien picados, y a continuación se añade la zanahoria cortada en rodajas finas. A los 15 minutos se incorporan el perejil y la sal, y se deja cociendo a fuego muy suave durante 40 minutos, removiéndolo, de vez en cuando, con una cuchara de madera.

2ª parte: Se cuecen durante 5 minutos las lechugas y las acelgas y se dejan un buen rato en el escurridor.

En una paellera se colocan a fuego suave la margarina y el aceite. Una vez fritos, se agregan la lechuga y la acelga, y se dejan a fuego suave durante 35 minutos. Por último se sazonan con sal, pimienta blanca y la media cucharada de harina.

3ª parte: En una cazuela de barro se ponen el

aceite para rehogar, el chorizo, las patatas, el puré de tomate y el puré de pimientos.

Se les añaden el agua, la sal necesaria, y los pimientos choriceros troceados. Se deja cocer durante 30 minutos a fuego suave y se le echa el pimentón. Los tres componentes del plato se sirven en zonas separadas de una misma fuente y se adornan al gusto.  2





ESCALANTE

MONASTERIO DE SAN JUAN DE MONTE CALVARIO



*Monasterio
de San Juan
de Monte
Calvario,
en Escalante
(Cantabria).*



Nuestro Monasterio de San Juan de Monte Calvario se halla ubicado cerca del casco urbano de la Villa de Escalante, en el valle de Trasniera de Cantabria y es conocido como "Convento de Santa Clara".

Está construido en piedra de sillería y tiene un claustro de dos plantas, de arcos románicos.

Fue fundado por un preclaro hijo de la Villa de Escalante, D. Juan del Castillo y Sainz del Río. El 22 de febrero de 1596 otorgó su testamento, dejando como heredera a su única hija. En un codicilo aclaraba que, en el caso de que su hija muriera sin descendencia, debería construirse con sus bienes un monasterio de monjas profesas de la Orden de Santa Clara Descalzas, para una Comunidad de 20 religiosas.

Poco tiempo sobrevivió Dña. Juana a su progenitor y, tras su fallecimiento, los albaceas emprendieron la construcción del convento, cumpliendo la voluntad del testador.

El 30 de enero de 1618 se incorporaron a nuestra casa, procedentes de las Clarisas de Zarautz (Gipuzkoa), 4 hermanas pro-

fesas, 3 de ellas originarias del Monasterio de La Ascensión d Señor, de Burgos.

En 1630 llegó al monasterio una imagen de la Virgen encapada a un escultor de Valladolid por la Abadesa M. Juan Evangelista, muy devota del Misterio del Tránsito de Nuestra Señora. A partir de esa fecha el pueblo de Escalante, monasterio y la imagen - conocida como "La Virgen de la Cama" - tienen muchas vivencias comunes, sobre todo desde que en 1855 la comarca fuera azotada por el cólera. El pueblo, con la Corporación al frente, hizo voto al Señor de sacar todos los años la imagen en procesión por las calles, si le libraba de la epidemia. Desde entonces se conmemora con gran solemnidad dicho prodigio el día 22 de agosto, durante las fiestas principales de la Villa.

Actualmente formamos la Comunidad 8 hermanas y nuestro medio fundamental de vida es la confección de labores y decoración del hogar. Además, cultivamos la huerta del monasterio, criamos animales domésticos para autoconsumo y vendemos huevos y leche. Disponemos también de una pequeña hospedería con 7 habitaciones.

Gallina frita

Llevamos varias generaciones preparando este plato, que constituye una comida completa. Puede confeccionarse en cualquier época del año. La temporada más conveniente, dentro de nuestra economía conventual, es aquella en la que las gallinas dejan de poner.

INGREDIENTES:

1 gallina
1 kg. de garbanzos
2 puerros
1 cebolla, una ramita de perejil
2 huevos
3 cucharadas colmadas, de harina
sal y aceite
leche, la que pida

Guarniciones recomendadas:

para el garbanzo: verduras o salsa de tomate
para la gallina: patatas fritas o lechuga

ELABORACION:

Se echan los garbanzos en una olla exprés - previamente puestos a remojo de víspera - con agua abundante, junto con la gallina, los puerros, la cebolla y el perejil. Se sazonan y se hierven de 45 a 60 minutos.

Con el caldo obtenido se puede cocinar una sopa de fideos o tomarse como consomé. Los garbanzos se sirven acompañados de verdura o salsa de tomate.

Para elaborar la pasta Orly se ponen en un bol, 3 cucharadas de harina, añadiendo un poco de sal y la leche, que se va vertiendo, poco a poco, para que no se formen grumos. Cuando la salsa esté ligada como una mayonesa, se le agregan 2 yemas de huevo, y se deja reposar durante media hora. Transcurrido este tiempo se le incorporan las claras a punto de nieve. Se trocea la gallina. Los trozos resultantes se pasan por la pasta Orly y se fríen en abundante aceite.

El plato se sirve acompañado de patatas fritas o ensalada de lechuga.



Dorada a la sal

Este plato es muy antiguo en nuestro monasterio. Su autora pudo ser una religiosa de la Comunidad, oriunda de la comarca.

Aunque con menor frecuencia que en el Mediterráneo, también en Asturias y en todo el litoral cantábrico se cocinan exquisitos pescados a la sal.


Cada vez confeccionamos menos esta receta. Antiguamente la dorada era un pescado muy abundante y, por lo tanto, se vendía a un precio mucho más asequible que en la actualidad. Muchas veces nos las regalaban nuestros amigos pescadores.

INGREDIENTES:

1 dorada de 1,5 kgs.
sal gruesa y salsa vinagreta

ELABORACION:

Se pasa la dorada por agua y se seca. No se debe desescamar, ni eviscerar. Se mantiene entera, sin abrir. Se extiende en una fuente una capa de sal gruesa y, sobre ella, se coloca la dorada. Por encima, se vierte otra capa de sal, tapando perfectamente toda la dorada, de tal forma que no queden espacios libres. Se asa a horno fuerte, previamente calentado, durante 35 minutos.

Se retira del horno y se quita la sal. Para separar la dorada habrá que golpear la costra o corteza que habrá formado este condimento y que estará adherida a su piel. Se abre el pescado por la mitad y se le quitan la espina dorsal y las vísceras. Se pasa a una fuente acompañada de salsa vinagreta.  1



GERNIKA-LUMO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Monasterio de Santa Clara, en Gernika-Lumo, ubicado junto a la histórica Casa de Juntas de la Villa vizcaína.

Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en la parte posterior de la Casa de Juntas de la Villa de Gernika-Lumo, en el Territorio Histórico de Bizkaia.

Las primeras moradoras de este convento datan del año 1442. Hasta 1618 vivieron como Beatas de la Tercera Orden de San Francisco y ese mismo año hicieron el voto de clausura. La primera Abadesa fue Dña. María de Arteaga, religiosa del Convento de Santa Clara de Medina de Pomar (Burgos), natural de Gernika-Lumo.

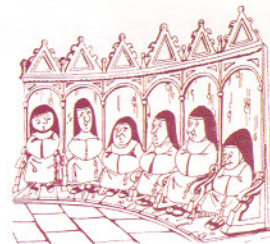
En tiempos de la francesada, la Comunidad sufrió mucho. Las tropas napoleónicas entraron dentro del convento, y todas las religiosas, excepto dos, se marcharon y estuvieron fuera varios meses.

Hacia 1846, la Comunidad acogió a las hermanas de Santa Clara de Begoña, que habían sido expulsadas de su monasterio. Permanecieron durante 8 años.

Durante la Guerra Civil, el edificio fue ocupado por ambas fuerzas combatientes.

El 11 de agosto de 1953, Festividad de Santa Clara, se inauguró la Exposición Diurna del Santísimo Sacramento, con motivo del VII Centenario del Tránsito de la Santa Madre. Desde entonces permanece ininterrumpidamente expuesto.

Actualmente formamos la Comunidad 27 hermanas. Nuestros medios fundamentales de vida son la confección de bordados y cortinas, y la elaboración de formas. Además trabajamos en la huerta, - que nos proporciona abundantes verduras, legumbres y frutas - y en la cría de animales domésticos.



Patatas rellenas

Este plato resulta muy sabroso y económico, ya que cunde mucho.

INGREDIENTES:

12 patatas
1/2 kg. de carne de guisar
1 pimiento morrón
1 lata de tomate
2 cebollas
1 vaso de vino blanco
1 huevo
ajo, perejil y sal

ELABORACION:

Se pelan las patatas y se van vaciando pacientemente. Se reserva la patata resultante de esta operación.

Se pican muy finitos la cebolla, la carne, el pimiento, el ajo y el perejil y se fríe todo en una sartén a fuego muy lento.

Cuando esté a punto, se rellenan las patatas y se cubre el agujero por donde se ha introducido el relleno con trozos que han sobrado del vaciado previo.

Una vez finalizada esta operación, se pasan las patatas ya rellenas por harina y huevo y se fríen suavemente.

Para acompañar este plato se puede hacer una salsa española o una de tomate.

Se cubren las patatas con la salsa y se hierven lentamente hasta que terminen de hacerse.



Merluza rellena

Es un plato propio de las grandes solemnidades, que se viene cocinando en nuestro monasterio desde hace muchos años. Se desconoce cuándo se incorporó al recetario conventual. Puede prepararse con merluza congelada porque el relleno es muy agradecido. De esta forma, resulta mucho más económico.

INGREDIENTES:

1 merluza de más de 1 kg., a poder ser de lomo negro
100 grs. de jamón de York
50 grs. de jamón
4 espárragos
4 aceitunas
2 tiras de pimiento grueso
3 ramitas de perejil
2 gajos de limón
harina, aceite o margarina, leche y sal, para la bechamel

ELABORACION:

Se abre la merluza para quitarle la espina central. Se prepara una bechamel en un recipiente a la que se le añaden, muy picados, todos los demás ingredientes de la receta. La merluza se rellena con la bechamel. Se corta en rodajas, que se pasan por harina y huevo, y se fríen a fuego lento con abundante aceite. Se sirven acompañadas de salsa mayonesa.

Patatas albardadas


Esta receta se prepara en nuestro monasterio desde tiempo inmemorial, en cualquier época del año. Se desconoce la identidad de su autora.

INGREDIENTES:

6 patatas hermosas
3 huevos, harina y sal
1 cebolla y 2 ó 3 tomates

ELABORACION:

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas. Se pasan por harina y huevo y se fríen lentamente. Con el resto de los ingredientes se prepara una salsa con la que se cubren las patatas.

Se hierven a fuego muy lento para que queden bien hechas por dentro. Este plato resulta muy sabroso y económico.  1





GIJÓN/CIGALES

MONASTERIO DEL SAGRADO CORAZÓN



*Monasterio del Sagrado Corazón, en el centro de Enseñanzas Integradas
de la Universidad Laboral de Gijón (Asturias).*

Nuestro Monasterio del Sagrado Corazón fue fundado en 1955 por un grupo de hermanas originarias del Monasterio de Santa Clara de Zamora, lideradas por la M. María Dolores del Salvador Otero López, fallecida el 28 de diciembre de 1990.

El nuevo monasterio se construyó en el término de Cigales, en la carretera de Burgos a Valladolid, con el fin de que la Comunidad se estabilizara, adquiriera autonomía y dejara de ser una filial del Convento de Zamora.

Los Monasterios de Gijón-Cigales, se rigen por una misma Abadesa y Consejo, debido a una especial concesión de Roma.

El Monasterio de Gijón - situado en el centro de Enseñanzas Integradas - armoniza con el estilo arquitectónico de la antigua Universidad Laboral. Es de base circular y consta de 3 plantas. Dos de ellas se hallan recortadas, por la parte oeste, por un peristilo con 10 columnas dóricas. La muralla que cierra el jardín, está construida a dos lunas, recordando el perfil de una concha.

Formamos este monasterio 37 hermanas que trabajamos en la cocina y ropería del centro.

El Monasterio de Cigales es de construcción sencilla y está ubicado en una gran explanada, rodeado de un terreno destinado a huerta y a diferentes árboles frutales.

Formamos la Comunidad 23 hermanas y nuestros principales medios de subsistencia son un taller de confección y el cultivo en invernaderos.



Fabes con almejas

Se trata de un plato asturiano de gran tradición en todo el Principado.

INGREDIENTES:

1/2 kg. largo de fabes
1/4 kg. de almejas frescas
aceite, sal, cebollas, ajo y perejil
harina y vino blanco

ELABORACION:

Las fabes son alubias blancas de gran tamaño, típicamente asturianas.

Se ponen a remojo de víspera, de tal forma que les cubra el agua. Se cuecen en el mismo agua, añadiendo en crudo un poco de cebolla, ajo, perejil picado y un chorrito de aceite de oliva. La cocción debe ser lenta y suave.

Cuando estén casi a punto se preparan las almejas de la forma siguiente: Se doran los ajos picados en una cazuela con aceite y se añaden, las almejas bien lavadas y un chorrito de vino blanco. Una vez abiertas las almejas, se añaden dos cucharadas de harina, para que el caldo quede gordito. Se rehogan y se añaden el perejil picado y el agua o un poco de caldo de fabes si hubiera sobrado. Se cuecen durante unos 15 minutos, y se incorporan a la olla de las fabes para darles un último hervor. Se sirven con perejil picado espolvoreado.



Esta receta, con ligeras variaciones, es de uso generalizado y no se atribuye ni a una autora ni a una época concretas. En nuestro monasterio se prepara en las grandes solemnidades y para obsequiar a nuestros invitados.

INGREDIENTES:

8 yemas de huevo
250 grs. de azúcar
1 vaso de agua
1/2 vaso de leche
1 corteza de limón

ELABORACION:

Se ponen a cocer el azúcar, la corteza de limón y el agua, para obtener el almíbar. Es fundamental que quede en su punto. Para ello, se introduce una cuchara y se levanta llena, dejando que escurra. Al final debe quedar suspendida una sola gota. Una vez lograda la textura adecuada, se aparta del fuego y se deja templar.

Por otro lado se mezclan, las yemas y la leche y se va añadiendo el almíbar, batiendo pero sin montar.

Se prepara el molde, con caramelo en el fondo, y se vierte la mezcla pasándola por un colador de red metálica.

En el fondo de una olla que cierre bien, se colocan un plato liso y una rejilla, y sobre ella el molde. Se vierte el agua en el fondo y se tapa la olla con la ayuda de un trapo, para evitar que escape el vapor. Se coloca al fuego y se vigila que no hierva el agua, ya que debe hacerse, poco a poco, al vapor durante 2 ó 3 horas.

El tiempo empleado es lo de menos. Lo importante es conseguir un flan que sea una verdadera delicia.

Una vez enfriado se introduce al frigorífico. Cuando se vaya a consumir, se mete el molde en agua caliente, se pasa un cuchillo por el borde y se vuelca.

Se sirve frío, no congelado, y adornado con helado o merengue.

Se trata también de una receta común, que se ha consagrado entre nosotras. La preparamos en las festividades importantes y como obsequio para nuestras visitas.

INGREDIENTES:

Para el bizcocho:

4 huevos enteros
3 cucharadas de azúcar
3 cucharadas de harina

Para el relleno y flambeado:

mantecado
claras para el merengue, azúcar y ron

ELABORACION:


Del bizcocho: Se montan los huevos y se va añadiendo el azúcar. Cuando quede una masa homogénea se agrega la harina y se mezcla todo. Se prepara la placa del horno con un

papel blanco, previamente untado con aceite o mantequilla. Se extiende la masa sobre la placa, dejando un grosor de un dedo aproximadamente. Se introduce al horno, previamente calentado a 200°.

De la sorpresa: Una vez hecho el bizcocho se corta según la medida de la fuente que se vaya a utilizar.

Se extiende el mantecado, de elaboración casera o adquirido en el mercado, sobre el bizcocho. Encima pueden colocarse irregularmente los trozos que hayan sobrado al cortarlo.

Por otro lado se prepara un merengue y se coloca sobre el mantecado, con el auxilio de una manga pastelera. Hay que formar una buena capa sobre la que se espolvorea azúcar.

Se introduce al horno a temperatura máxima hasta que se dore. Se flambea con ron cuando vaya a servirse.  2





HELLÍN

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara en Hellín, provincia de Albacete, fue erigido a petición de los hellineros y gracias a los buenos oficios del sacerdote D. Luis de Caravaca. El 22 de julio de 1604 tomaron posesión del convento las primeras religiosas, con licencia del señor Obispo de la Diócesis.

Han sido muchas hermanas de vida ejemplar las que han formado parte de este monasterio. Merece especial mención Sor María de la Cruz Baeza, muerta en olor de santidad en 1754. A ella se le atribuye el hecho milagroso de “La Cruz de la Langosta”. Cuando esta plaga arrasaba las cosechas, los vecinos acudieron a Sor María, quien les entregó la cruz de madera que tenía en su celda, para que la colocaran en un lugar determinado.

La plaga desapareció inmediatamente y, en dicho lugar, se levantó una ermita para conmemorar el milagro. Desde entonces se conoce a este paraje como “Cruz de la Langosta”.

Durante la última Guerra Civil las religiosas se vieron obligadas a abandonar el convento.

A su regreso en julio de 1939, lo encontraron en pésimas condiciones.

El deterioro fue en aumento. En 1975 se hallaba en estado ruinoso y se acordó levantar uno nuevo, que no pudo ser edificado en el mismo sitio. Se construyó junto a la “Cruz de la Langosta”, de gran tradición clariana y tan vinculada a nuestro monasterio.

El Ayuntamiento de Hellín se interesó por el viejo convento para convertirlo en museo, pero el proyecto fue desestimado por su elevado costo.

El 19 de marzo de 1980 inauguramos el nuevo monasterio, que es sencillo y funcional y cuenta con una hermosa huerta.

Exterior del Monasterio de Santa Clara, en Hellín (Albacete).

La salsa del Obispo

Este plato fue elaborado por primera vez en 1950, al crearse la Diócesis de Albacete y recibir la visita del nuevo Obispo. Su autora fue Sor Concepción de Alcorta, natural de Durango, provincia de Bizkaia.

Desde entonces se prepara en nuestra casa cada vez que celebramos elecciones, o con ocasión de las visitas canónicas o pastorales. Es decir, en las grandes solemnidades.

Se trata de un plato de elaboración muy económica, debido a la utilización del pollo como ingrediente fundamental.

Su uso se ha generalizado enormemente, por la reducción de su precio.

Cuando se confeccionó por primera vez, el pollo se consumía como artículo de lujo. Las aves cocinadas en aquella ocasión fueron criadas en nuestro corral.

A pesar de todo, lo seguimos reservando para las grandes ocasiones.

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de pollo
4 pimientos secos y 20 grs. de piñones
1 vaso de vino blanco
2 huevos duros
2 dientes de ajo y sal

ELABORACION:

Se corta el pollo en trozos no muy grandes y se sofríen durante 10 minutos. Se sacan de la sartén sin escurrir demasiado y se depositan en una cazuela para su cocción. Se añaden los pimientos troceados, los piñones lavados, un vaso de vino y otro de agua. Se cuece todo durante 10 minutos a fuego medio, moviendo de vez en cuando la cazuela para evitar que se pegue. Se preparan en el mortero los huevos cocidos y el ajo y se añade un poco más de vino. Se vierten a la cazuela y se dejan cocer durante un par de minutos.





XÀTIVA

REAL MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Locutorio del Real Monasterio de Santa Clara,
en Xàtiva (Valencia).*

Nuestro Real Monasterio de Santa Clara es el segundo más antiguo del Reino de Valencia. Su fundadora fue Dña. Saurina de Entenza, esposa del Almirante Roger de Lluria y entre sus abadesas - cargo vitalicio hasta mediados del S. XVI - se encuentran gran número de importantes linajes como Villena, Gandía, Vilanova, Borja, Maça de Liçana, Cardona, Sanç...

El 1 de junio de 1326 se aprobó su fundación por Bula del Papa Juan XXII, construyéndose fuera de los muros de la ciudad. Sus primitivas moradoras vinieron de Valencia y desde sus inicios asumieron la Regla Urbanista.

Las 12 fundadoras, tras superar la epidemia de la peste negra, pasaron al poco tiempo a ser 38, llegando al centenar en el S. XVIII.

Al estallar la guerra entre Aragón y Castilla, Pedro IV ordenó la demolición del monasterio para evitar que sirviera de baluarte a sus enemigos. La construcción de la nueva casa concluyó en 1391, intramuros, en la calle Moncada.

El convento obtuvo, como consecuencia de un largo pleito, una amplia jurisdicción señorial sobre importantes territorios que mantuvo hasta el S. XIX. La posesión de estos territorios, además de unas sustanciosas rentas, proporcionaron a las abadesas importantes privilegios, incluida la asistencia a las Cortes del Reino. Figuraban, entre sus prerrogativas, las de nombrar y destituir a los beneficiados del convento.

A lo largo del S. XVIII la Comunidad sufrió duros contratiempos.

En 1707, como consecuencia de la Guerra de Sucesión, las religiosas se trasladaron a Valencia, donde permanecieron durante 8 años.



Pastas de nueces

Es un postre que elaboramos para aprovechar las nueces que no comemos en crudo.

Lo confeccionamos para obsequiar a nuestros bienhechores y amigos

En opinión de cuantos lo han probado es un plato excelente.

INGREDIENTES:

1 kg. de nueces peladas

1 kg. de azúcar

200 grs. de pan rallado

ralladura de limón

14 huevos

ELABORACION:

Se ralla la nuez y se mezcla con 3/4 kg. de azúcar, el pan rallado y la ralladura de limón.

Se baten los huevos y se vierten a la mezcla elaborada anteriormente.

Se vuelve a mezclar el conjunto. Se hacen unas bolitas con la pasta obtenida y se colocan sobre unas obleas, aplastándolas un poco.

Se espolvorean de azúcar y se meten al horno.

Patatas y cebollas al estilo franciscano

Es una receta que resulta fácil de elaborar y muy económica. Puede servirse como primer plato en las comidas o como guarnición de un plato de carne.

INGREDIENTES:

1 kg. de patatas

1 kg. de cebollas

1/2 cabeza de ajo

2 tomates hermosos

aceite y sal

vino blanco, opcional

especias, opcional

ELABORACION:

Se pelan las patatas y se cortan en rodajas, un poco más finas que si fueran a hacerse en salsa verde. Las cebollas se cortan también en rodajas.

Se pelan los ajos y se pican. Los tomates se pelan y se cortan en daditos.

En una bandeja de horno se colocan una capa de cebolla, otra de patata y, sobre éstas, una nueva capa de cebolla. Finalmente los ajos picaditos y los dados de tomate. Se sazona con sal, se añade un buen chorro de aceite y, si se quiere, un chorrito de vino blanco o alguna otra especia.

Se meten al horno a temperatura media y con el jugo que suelta la cebolla, el aceite y el vino blanco, se van haciendo poco a poco.

A la media hora se pinchan las patatas con un tenedor o con una aguja y si están blandas, pueden servirse.

Volvieron de nuevo a la misma ciudad en 1748, como consecuencia de un terremoto.

El convento conserva importantes obras artísticas, a pesar del saqueo sufrido durante la Guerra Civil.

Llamado por Madoz el "Monasterio de las 23 fuentes", dispone de un importante archivo desde el S. XIII.

El actual medio de vida de las 12 religiosas que formamos la Comunidad es el trabajo de pasamanería, elaborando cordones a mano para las cofradías. También confeccionamos pañuelitos artísticos para bodas y comuniones.



1



Fideos con gambas

Es un plato tradicional de nuestra comarca que pudo ser introducido en el recetario conventual por una religiosa oriunda de la zona.

INGREDIENTES:

1/2 kg. de fideos
1/4 kg. de gambas
sal

ELABORACION:

Se cuecen las gambas en agua con sal. Se pelan y se reserva el agua de la cocción.

Se depositan los fideos, previamente troceados, en una bandeja de horno.

Se añade el agua de la cocción de las gambas que, una vez peladas, se colocan encima de los fideos.

Se introduce la bandeja al horno y una vez consumido el caldo, se puede servir.





LERMA

MONASTERIO DE LA ASCENSIÓN DEL SEÑOR



Nuestro Monasterio de la Ascensión del Señor, ubicado en la histórica Villa de Lerma, fue fundado por Dña. Mariana de Padilla y Manrique, junto con su esposo el Duque

de Uceda, hijo primogénito del Duque de Lerma, quienes donaron las casas para el nuevo monasterio, primero de los de la Villa. La inauguración tuvo lugar el 29 de agosto de 1604.

Interior del Monasterio de la Ascensión del Señor, en Lerma (Burgos).

Se organizó una solemne procesión en la que el Cardenal Zapata, Arzobispo de Burgos, acompañado de numerosos prelados y obispos y con gran concurso de religiosos de distintas Ordenes, llevaba el Santísimo Sacramento. Asistieron al acto, el Rey Felipe III, los Príncipes de Saboya, Duques de Lerma y todos los Grandes de España, acompañando a las monjas fundadoras, que procedían de las Descalzas Reales de Valladolid.

El 10 de junio de 1610, Festividad de Corpus Christi, se celebró en la iglesia de este monasterio el bautizo de la Infanta Margarita Francisca, hija de Felipe III. Fue oficiado por el Arzobispo de Toledo, D. Bernardo Rojas y Sandoval.

En 1808, los soldados de Napoleón, hicieron de nuestro monasterio su cuartel general, obligando a huir a la Comunidad. Quemaron y saquearon el archivo y los objetos religiosos más valiosos.

En 1868, durante la llamada "Revolución Septembrina", la Comunidad fue obligada a incorporarse al Convento de las MM. Dominicas de Lerma, permaneciendo allí 29 meses.

La imagen de la Dormición de la Stma. Virgen, vulgarmente llamada "de la Cama" que mandó esculpir Sor Juana Bautista de la Cruz, del linaje de los Borjas, en 1611 a un artista burgalés, goza de gran veneración tanto en la Comunidad como en la villa. Se encuentra en su camarín dentro de la clausura, a excepción del período anual de su novena.

En la iglesia pueden admirarse 3 grandes cuadros de Bartolomé Carducho y una cripta, que fue utilizada durante muchos años como cementerio de religiosas.

Actualmente formamos la Comunidad 28 hermanas. Nuestro principal medio de subsistencia es la repostería.

Sopas de berza

Este plato se puede preparar en cualquier época del año.

INGREDIENTES:

5 dientes de ajo


1 dl. de aceite

250 grs. de pan candeal seco
berza y sal

ELABORACION:

Se cuece la berza y se reserva el caldo.

Se calienta el aceite en una sartén y se fríen los ajos enteros, retirándolos cuando estén dorados. A continuación, con el aceite a fuego más fuerte, se fríe el pan cortado en rebanadas muy finas.

Una vez fritas, se pasan a una cazuela de barro, se agregan los ajos y alguna otra rebanada sin freír, para que el caldo tome más cuerpo. Se cubren con el agua de la berza rebajada con agua limpia, según se desee un sabor más o menos fuerte. Se sazonan con sal y se introducen al horno, para que hiervan un ratito y se tuesten. Se sirven calientes.  1



Bacalao a la burgalesa

INGREDIENTES:

600 grs. de bacalao de buena calidad, no muy grueso
2 cebollas hermosas
1/4 l. de aceite
2 pimientos de Calahorra
sal

ELABORACION:

Se trocea el bacalao y se deja a remojo durante unas 48 horas, cambiándole el agua 3 ó 4 veces. Se lava, se escurre y se escalfa en agua hirviendo, cuando se vaya a guisar. Se le quitan las espinas y se vuelve a escurrir. En una cazuela - preferentemente de barro con fondo plano - se colocan los trozos de bacalao con la piel hacia arriba, hasta ocuparla en su totalidad. Se vierte el aceite en una sartén y se rehoga la cebolla bien picada. Se incorporan los pimientos previamente hervidos, troceados y desprovistos de rabos y semillas. Se añade todo al bacalao y se coloca la cazuela a fuego lento sin dejar de mover - como si se tratara de un pil-pil - hasta conseguir ligar la salsa. El bacalao estará listo en unos 30 minutos.



Dulce de albaricoque

Se trata de un plato muy común en nuestra comarca. Probablemente lo introdujo en nuestro recetario una religiosa de la zona.

INGREDIENTES:

albaricoques
azúcar
agua
la clara de un huevo

ELABORACION:

Se lava la fruta, se parten las piezas por la mitad y se les quita el hueso. Se cuecen, se colocan en un paño que absorba el agua y se pasan por el pasapurés. Se pesa la cantidad de fruta obtenida y se añade la misma cantidad de azúcar.

Se pone la fruta a secar al fuego en una cazuela durante 30 minutos, sin dejar de revolverla para que no se queme.

Se ponen a hervir agua y azúcar en la proporción de 2 kg. de azúcar por cada litro de agua. Cuando se esté deshaciendo, se pasa por un colador. Se vuelve a arrimar al fuego para que hierva y se añade una clara de huevo sin batir, para que clarifique el almíbar. Se espuma bien hasta que salga toda la suciedad del azúcar. Se retira la clara y se mantiene hirviendo el almíbar. Se toma un poco con una cuchara y se echa en un poco de agua fría. Si se hace caramelo, ya está a punto.

Hecho el almíbar se mezcla con la fruta, removiéndola bien hasta que la mezcla quede homogénea. Se hierva otro ratito a fuego lento, sin dejar de mover. Se aparta del fuego y, de vez en cuando, se remueve hasta que se enfríe. Se deposita en tarros, que se colocan destapados en un lugar seco, ventilado y sin polvo.

El dulce de peras, de manzanas y de ciruelas claudias se confecciona del mismo modo.





Almendrados

INGREDIENTES:

1 kg. de almendra molida
1 kg. de azúcar
5 huevos
ralladura de limón

ELABORACION:

En un recipiente se colocan el azúcar, la almendra y la ralladura de limón y se mezcla todo bien.

Se separan las yemas de las claras, que se baten a punto de nieve. Se mezclan con las yemas y se agrega todo al recipiente, en el que previamente se habrán dispuesto las almendras, el azúcar y el limón. La masa debe quedar un poco jugosa. Se puede añadir algún huevo más si se quiere, para conseguir la textura adecuada. Después de mezclarlo todo, se forman con las manos unas bolitas y en el centro de cada una de ellas se coloca una almendra entera.

Se introducen al horno caliente.  2



Potaje conventual

INGREDIENTES:

1/2 kg. de garbanzos, de buena calidad
1 dl. de aceite
2 dientes de ajo
1 cebolla grande
1/4 kg. de puerros
1/4 kg. de zanahorias
1 ramita de perejil
1 puñado de arroz
1 pizca de pimentón y sal

ELABORACION:

Se dejan los garbanzos a remojo de víspera, con agua tibia abundante y un poco de sal. Cuando se vayan a guisar, se retiran del agua y se lavan con agua algo más templada, un par de veces. Se ponen a hervir en una olla con agua a la misma temperatura y se dejan cocer durante 3 horas. Se sazonan con sal y se les añade un refrito con el resto de los ingredientes, bien picaditos y acompañados del puñado de arroz. Se dejan cocer media hora más. Por último, se dejan reposar un instante para que ligue la salsa. Se sirven calientes.

La cocción de los garbanzos puede hacerse también en una olla exprés.



Sopas de ajo a la burgalesa

INGREDIENTES:

5 dientes de ajo
1 dl. de aceite
250 grs. de pan y sal

ELABORACION:

Se vierte el aceite en la sartén, se pone al fuego y cuando esté caliente se fríen los ajos enteros. Se retiran una vez que estén dorados.

Se fríe el pan cortado en rebanadas muy finas con el aceite a temperatura más fuerte. Una vez que las rebanadas estén fritas se pasan a una cazuela de barro, y se les agregan los ajos y alguna rebanada de pan sin freír, para que el caldo tome más cuerpo.

Se cubren de agua, se sazonan de sal, y se hierven durante 30 minutos.

Se retiran del fuego y se dejan en reposo.

Se sirven calientes.  3



LLERENA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra en la comarca de la Campiña, al suroeste de la provincia de Badajoz, en la Villa de Llerena, vinculada históricamente a la Orden de Santiago.

El convento, construido durante el primer tercio del S. XVI, se llamó en sus inicios "La Madre de Dios de los Pobres". Al mismo tiempo se edificó el de Santa Isabel, perteneciente a

la Orden de Santa Clara y de gran valor artístico, que desapareció tras la Desamortización de Mendizábal.

El monasterio fue fundado en 1508 por D. Rodrigo Porrado, Caballero de la Orden de Santiago. Está situado en la calle Corredera, una de las más céntricas de la ciudad. El Papa Julio II expidió la Bula de la Fundación que dio origen a "un monasterio de la Orden de Santa Clara, con iglesia, campanario

Exterior del Monasterio de Santa Clara, en la calle Corredera de Llerena (Badajoz).

Alcachofas naturales




Cocinamos este plato durante toda la temporada, ya que las alcachofas son frutos de nuestra huerta.

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de alcachofas frescas
2 limones, cortados en rodajas
una cabeza de ajos
un poco de perejil
pan rallado
aceite, sal y agua

ELABORACION:

Se limpian las alcachofas de vispera quitándoles las hojas de la parte exterior. Se les cortan las puntas superior e inferior y se colocan en un recipiente con agua, en el que se habrán depositado dos limones cortados en rodajas. Así se consigue que una verdura que se vuelve oscura, mantenga, en todo momento, su color natural.

Se muelen el ajo, el perejil, el pan rallado y la sal, repitiendo la operación si fuera preciso. Las alcachofas se retiran del agua y se colocan en una cacerola espaciosa. Al extender las primeras, se vierte sobre ellas un poco de la mezcla molida anteriormente. Se coloca una segunda hilera de alcachofas. Ambas se vuelven a rociar con el preparado que se ha molido. Una vez colocadas todas, se añade el aceite - no en demasiada cantidad para que no queden muy aceitosas - y se cubren con agua. En menos de 30 minutos estarán listas para servir. Conviene hacerlas a fuego lento. Con los tallos de las alcachofas previamente cocidos, pueden cocinarse además desde unos magníficos revueltos, hasta una deliciosa menestra.  1

humilde, refectorio, dormitorio, huertos, hortalizas y otras cosas necesarias...”

El templo tiene gran valor artístico y es una obra clasicista de finales del S. XVI. El retablo fue realizado entre 1597 y 1604 por Juan de Oviedo y Juan Martínez Montañés, ambos escultores de la escuela sevillana. De este último se conserva una imagen de San Jerónimo Penitente, colocada sobre una repisa de madera situada en el presbiterio. El templo incluye además, una decoración pictórica que tiene el mérito de ser la única completamente conservada de la arquitectura llerenense. La decoración del convento es excepcional exponente de la pintura barroca extremeña, en su modalidad de fresco.

Actualmente vivimos en el monasterio 11 hermanas, 4 de las cuales proceden de Puebla de los Angeles (Méjico), y que se incorporaron a nuestra casa en octubre de 1992.

Nuestro medio de vida es la repostería artesana que ha adquirido notable fama en toda la comarca, gracias al cariño que ponemos en su elaboración. Todos los ingredientes que utilizamos son naturales.





MEDINA DE POMAR
MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Monasterio de Santa Clara,
en Medina de Pomar (Burgos).
A la derecha, vista exterior de las
celdas del convento.*



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra situado en la Villa burgalesa de Medina de Pomar, unida históricamente al linaje de los Velasco.

Fue fundado por D. Sancho Sánchez de Velasco, Adelantado del Rey y Merino Mayor de Castilla en tiempos de Fernando IV y Alfonso XI, y por su esposa Dña. Sancha García. Fue aprobado por el Papa Inocencio VI mediante Bula concedida en Avignon (Francia), en 1354, segundo año de su pontificado.

El monasterio ha sido panteón de la familia de los Velasco, Condestables de Castilla y Duques de Frías, hasta 1861. Muchas de sus religiosas pertenecieron a esta misma familia.

Todo el edificio es de piedra de sillería. Destacan el coro y el mausoleo, con las estatuas orantes en alabastro de D. Iñigo Fernández de Velasco y de su esposa Dña. María de Tovar.

Desde la iglesia se accede al Museo "Condestables de Castilla", que alberga el monasterio. Fue abierto al público el día 7 de septiembre de 1975 y reabierto en el verano de 1976.

A raíz de la Desamortización de Mendizábal en 1836, desaparecieron todas las rentas con las que se sustentaba la Comunidad.

Durante la Guerra Carlista (1872-76), una parte del monasterio fue cuartel y otra, habilitada para enfermería. La Comunidad tuvo que abandonarlo y refugiarse en Barruelo, provincia de Burgos.

Durante la Guerra Civil, las religiosas tuvieron que trabajar afañosamente, abriendo hoyos y levantando tabiques en los rincones más lóbregos e insospechados de la casa, para poner a salvo sus valiosas obras de arte.

En la postguerra nuestras hermanas subsistieron gracias a la invención de una máquina de hacer fideos y macarrones y a la explotación de la huerta.

Actualmente formamos la Comunidad 16 religiosas. Nuestro principal medio de vida son los trabajos de lavandería, bordado y floristería, así como la confección de bolsas porta-peces.

Huevos a la marinera

INGREDIENTES:

12 huevos
1/2 kg. de almejas o chirlas
3 ramitas de perejil
1 copa de vino de Jerez seco
1 taza de caldo de pescado
3 dientes de ajo
1 cucharadita de harina
1/2 l. de aceite
sal

ELABORACION:

Se pone al fuego una cazuela con 3/4 de litro de agua. Cuando esté hirviendo se van echando las almejas, previamente lavadas en agua del grifo. A medida que se van abriendo se pasan a otra cazuela, reservando el agua que, una vez colada, se utiliza para la salsa. A continuación, se vierten 6 cucharadas de aceite en una sartén y cuando estén bien calientes se les añaden los ajos y el perejil picados. Hay que procurar que el ajo no llegue a dorarse. Se incorpora la cucharadita bien colmada de harina y, al rato, la copa de vino de Jerez. Se van añadiendo poco a poco, el agua de las almejas, la taza de caldo y la sal. Se deja hervir durante 5 minutos, se vierte sobre las almejas y se cuece todo junto durante otros 5 minutos. Por último, se fríen los huevos colocándolos de 2 en 2 en cazuelitas de barro individuales o en recipientes similares. Se cubren con las almejas y la salsa bien caliente.



Sopa de pescado rápida

INGREDIENTES:

Es un plato que se utiliza para aprovechar las sobras de pescado en salsa verde de la víspera y el pan seco. El pescado puede ser merluza o congrio. Además son necesarios, 3 dientes de ajo, unas ramitas de perejil, 2 ó 3 cucharadas de tomate frito, una pastilla de caldo de carne, un huevo cocido, sal y, para mejorar un poco la sopa, alguna jibia o un chipirón.

ELABORACION:

Se pone el pan a remojar en agua, para que empape y se ablande. Mientras tanto, en una cazuela con un poco de aceite, se rehogan el ajo y el perejil muy picaditos y se añade una tercera parte de agua de lo que va a ser la sopa. Se agregan las jibias o el chipirón picados y se deja cocer durante 5 minutos. Se desmigan los trozos de pescado, se pasa el pan remojado por el colador chino y se incorporan a la cazuela, junto con el tomate y la salsa verde del pescado. Se añade la sal y una pastilla de caldo de carne. Se deja hervir durante 5 minutos. Se le puede añadir un huevo cocido picadito.




Pimientos con anchoas para aperitivo

INGREDIENTES:

Tantas anchoas como "pinchos" o "tapas" se deseen.
1 pimiento del piquillo, para cada 4 anchoas ajo y perejil

ELABORACION:

Se abren las anchoas por la mitad para quitarles la espina, pero se deja la colita que mantiene unidas las dos mitades. Se ponen en un recipiente con vinagre y se dejan hasta que queden blanquecinas, señal de que están en su punto. Se corta cada pimiento en 4 pedazos, y se coloca una anchoa en cada una de las porciones. Se añaden el ajo y el perejil muy picados. Se aliñan con aceite y un poco de vinagre. 

Ensalada festiva de Santa Clara

Se trata de un plato tradicional en nuestro monasterio cuyo origen desconocemos. Admite muchas variaciones y se le pueden agregar o suprimir determinados ingredientes.

INGREDIENTES para 12 raciones:

6 huevos cocidos
12 sardinas en aceite
1 lata de bonito de 350 grs.
1 lata de espárragos
2 aguacates medianos
3 tomates medianos
250 grs. de queso
1 tarrito de zanahoria rallada
rodajas de remolacha y pepino, aceitunas,...

ELABORACION:

Se parten los huevos en rodajas delgadas, el tomate en medias lunas y las sardinas se dejan enteras. Los restantes ingredientes se trocean.

Se colocan estos componentes en la ensaladera, teniendo en cuenta los colores, para que la combinación resulte agradable. Se sazonan con sal, aceite y vinagre, aprovechando el aceite del bonito y de las sardinas.

Esta receta admite también los siguientes ingredientes: lechuga picada, jamón de York en cuadritos, mejillones en escabeche, pimiento rojo troceado, piña troceada, apio rallado, alcachofas pequeñas, kiwis, gambas o langostinos cocidos y pelados, almejas al natural... Siempre deben aprovecharse los jugos de las latas, que dan un sabor especial a la ensalada.

 2



Pimientos rellenos, con salsa de chipirones

Cuando preparamos chipirones cocinamos más cantidad de salsa. La guardamos en el congelador y la aprovechamos para elaborar este plato.

INGREDIENTES para 4 personas:

8 pimientos del piquillo
8 barritas de bocas de mar
40 gambas peladas y partidas por la mitad
harina, mantequilla, leche, sal y nuez moscada,
para la bechamel

ELABORACION:

Se hace una bechamel con mantequilla y nuez moscada y se le añaden las bocas de mar troceadas y las gambas. Cuando se enfría un poco, se rellenan los pimientos y se van colocando en la fuente de horno en donde se van a servir. Se vierte sobre ellos la salsa de chipirones, ya descongelada y se meten al horno, dejándolos hervir suavemente durante un ratito. En caso de no tener salsa de los chipirones, puede utilizarse también esta otra: Se fríe mucha cebolla picada, se le añade un chorrito de whisky, nata y sal. Se pasa por el colador chino. Se vierte sobre los pimientos y se mete al horno.



Coliflor al pan rallado

INGREDIENTES:

1,5 kgs. de coliflor
1/2 limón
1 rebanada de pan, gruesa
1,5 dl. de aceite
4 dientes de ajo, picaditos
6 cucharadas de pan rallado, no muy fino
sal

ELABORACION:

Se separan los ramitos de la coliflor pelando un poco los troncos, para que queden más tiernos. Se lavan con agua fría mezclada con el zumo de limón.

En una cazuela de barro, se vierte agua abundante con un poco de sal y un chorrito de aceite. Cuando rompa a hervir, se incorporan la coliflor y la rebanada de pan mojada en leche. Se deja cocer, destapada, durante algo más de 30 minutos, hasta que la coliflor quede tierna. A continuación se pasa por un colador y cuando esté bien escurrida, se coloca en la fuente para servir. Se cubre con el refrito confeccionado con los ajos y el pan rallado. Se sirve caliente. Si se desea, puede cubrirse con una salsa de tomate frito y bastante pimiento picado.



MEDINA DE RIOSECO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra en la Villa de Medina de Rioseco, denominada "Ciudad de los Almirantes", por ser sede del Almirantazgo de Castilla durante varios siglos.

Hacia el año 1491 vivían en un beaterio de Medina de Rioseco, 14 Terciarias Franciscanas. En esa misma fecha D. Fadrique II

Enríquez de Cabrera, Almirante de Castilla y Señor de la Villa de Medina de Rioseco, adoptó la decisión de fundar un monasterio de la Orden de Santa Clara. Un año después, con motivo de la expulsión de los judíos, la sinagoga y sus principales dependencias pasaron a propiedad del Almirante, quien las donó para la fundación del monasterio. Las hermanas estuvieron durante muy poco tiempo en este primer emplazamiento.

Monasterio de Santa Clara, en Medina de Rioseco (Valladolid).



Conejo asado al horno con patatas redonditas



En 1499, el Almirante mandó edificar una ermita para residencia de las monjas. En los primeros años del S. XVI las hermanas se trasladaron nuevamente, esta vez al lado opuesto de la Villa. Allí fue donde se realizaron las edificaciones definitivas del monasterio.

El convento fue obra del arquitecto Gaspar de Solórzano. En su interior hay dos claustros con elegantes y sencillas arquerías de medio punto sobre columnas toscanas, con sillares labrados a escoda. La iglesia, que comenzó a construirse en el S. XVII es de grandes muros de mampostería, con sillares en los ángulos y puerta adintelada con un enorme escudo de los Enríquez, labrado en piedra.

En sus primeros años de fundación la Comunidad fue muy numerosa. Contaba como benefactores de la Orden y del monasterio con los Almirantes de Castilla. En aquella época, muchas de las hermanas pertenecían a la familia de los Enríquez-Cabrera.

Durante la Guerra de los Comuneros, el convento sufrió el asedio de las tropas sublevadas.

En la Guerra de la Independencia, los franceses prendieron fuego a parte del monasterio, utilizando sus dependencias para diversos menesteres. Las religiosas tuvieron que abandonar el convento en tres ocasiones.

Actualmente formamos la Comunidad 8 hermanas. Nuestro medio fundamental de subsistencia es el lavado y planchado de ropa y el bordado a máquina y a mano. Los productos de la huerta y los animales son para autoconsumo.

Este plato, incluido en nuestro recetario conventual desde tiempo inmemorial, se prepara principalmente en las grandes solemnidades.

INGREDIENTES para 6 personas:

- 1,5 kgs. de conejo
- 2 dientes de ajo
- sal y perejil
- un vasito de vino blanco seco
- 1,5 kgs. de patatas
- 2 huevos
- 50 grs. de mantequilla o margarina

ELABORACION:

Su preparación se inicia de víspera. Se dan unos cortes al conejo y se coloca en una cazuela de barro. Se pelan los ajos y se ponen en el mortero junto con el perejil. Una vez obtenida la mezcla, se esparce sobre el conejo previamente sazonado con sal, que permanecerá con este adobo hasta el día siguiente. Se rocía con aceite y se introduce al horno fuerte durante 90 minutos. Cuando esté dorado, se le añade el vasito de vino blanco y se vuelve a meter al horno para que se termine de asar.

Se acompaña con patatas redonditas, que se preparan de la siguiente manera: Se lavan las patatas y se ponen a cocer sin pelar, en una cazuela con agua y sal. Una vez cocidas, se tira el agua y se pelan. Se colocan en una fuente, donde se aplastan con un tenedor, añadiéndoles 50 grs. de mantequilla o margarina. Después se incorporan los huevos y se mezclan.

Se forman con las patatas unas bolitas pequeñas que se fríen en una sartén con abundante aceite. Se colocan en una fuente para que sirvan de guarnición al conejo, que también puede ir acompañado de ensalada de lechuga, tomate crudo o coles de Bruselas.



Cerezas en dulce


Preparamos este postre durante la temporada de las cerezas. Se desconoce quién lo introdujo en el repertorio culinario del monasterio. Las hermanas de mayor edad afirman que se cocina desde hace mucho tiempo. Este dulce lo elaboramos en las fiestas de San Antonio de Padua y Santa Clara, con el fin de obsequiar a las autoridades y bienhechores que nos acompañan en estas solemnidades.

INGREDIENTES para 6 personas:

1 kg. de cerezas deshuesadas
1 kg. de azúcar
1 l. de agua

ELABORACION:

Para deshuesar las cerezas se emplea la cabeza de un alfiler que se introduce por la parte del rabo. Hay que procurar no hacer el agujero muy grande. A medida que se van deshuesando se depositan en un recipiente con agua. Terminada la operación se escurre el agua y se colocan en una cazuela con 500 grs. de azúcar y 1/2 l. de agua para darles un hervor.

Se dejan un día reposando y se vuelven a cocer añadiendo los 500 grs. de azúcar y el 1/2 l. de agua restantes, hasta que el caldo forme un almíbar ligero. Se retiran del fuego y se dejan enfriar. Se colocan en una dulcera.  1

Menestra conventual

INGREDIENTES para 6 personas:

4 alcachofas
1/4 kg. de guisantes pelados
unas puntas de espárragos, para adornar
4 tallos de acelgas
4 zanahorias
1/4 kg. de habas
1/4 kg. de judías verdes
1 cebolla
2 lonchas gruesas de jamón serrano
3 huevos
1,5 kgs. de patatas
aceite, ajo y sal
salsa de tomate, opcional

ELABORACION:

Se quitan las hojas maduras y el tallo de las alcachofas, partiéndolas en cuatro. Se cortan también los tallos de las acelgas en trozos. A continuación, en una olla con abundante agua salada, se cuecen ambos ingredientes con las zanahorias - lavadas y partidas en cuadritos -, durante 15 ó 20 minutos. Cuando aún estén tiernas, aunque ya cocidas, se escurren.

Se hierven en el mismo agua los guisantes, las habas y las judías verdes troceadas, durante 10 minutos.

La patata, una vez pelada, se corta en cuadritos y se fríe en abundante aceite.

Se cuecen los huevos y se parten en 4 trozos. Se vierten en otra cazuela 3 cucharadas de aceite, y se fríen la cebolla rallada y el ajo picadito. Se añade el jamón, dándole varias vueltas y se agregan los guisantes, las habas y las judías escurridas, además de las zanahorias cortadas en cuadritos. Se rectifica de sal y se adorna con las puntas de los espárragos. Se deja el último hervor hasta que el caldo reduzca casi por completo. Se sirve bien caliente.

La menestra puede ir acompañada de toda clase de verduras, según la temporada. También se le puede añadir salsa de tomate.





MEDINACELI
MONASTERIO DE SANTA ISABEL



Monasterio de Santa Isabel, en Medinaceli (Soria).

Nuestro Monasterio de Santa Isabel se encuentra ubicado en la villa soriana de Medinaceli, declarada Conjunto Histórico-Artístico.

Fue fundado en el mes de enero de 1528 por Dña. María de Silva, Duquesa de Medinaceli.

Las primeras religiosas que lo habitaron procedían del Monasterio de Santa Isabel de Toledo.

En 1566, todos los bienes del Convento de la Magdalena de los PP. Dominicos, pasaron a nuestro monasterio.

El retablo del altar mayor es de estilo barroco tardío. La fachada del convento destaca por su sencillez, con ventanas, molduras y portada de arco escarzano, enmarcada con un cordón franciscano labrado en piedra. Sobre la puerta hay una ventana de estilo Reyes Católicos.

Durante la Guerra de la Independencia y en la última Guerra Civil nuestras antepasadas tuvieron que abandonar el convento.

A comienzos del S. XX inauguramos en el propio monasterio un Colegio de Enseñanza, haciendo uso de la prerrogativa que el Papa concedió a las monjas de clausura.

Desde su fundación la Comunidad se rigió por la Regla de Urbano IV para las Clarisas. Posteriormente profesamos la Regla de Santa Clara.

Hasta 1973, nuestro Convento de Medinaceli fue autónomo. Al disminuir el número de religiosas, pasamos a ser filial del Monasterio de Soria, en condiciones especiales.

Actualmente formamos la Comunidad 12 hermanas.

Huevos verdes

Se trata de un plato tradicional en nuestro monasterio.

INGREDIENTES:

12 huevos cocidos
1 kg. de carne picada
ajo, cebolla, perejil y pimienta

ELABORACION:

En una cazuela se rehogan la carne picada con el ajo, el perejil, la cebolla y la pimienta. A los 15 ó 20 minutos se añaden las yemas de los huevos, reservando 3 para la salsa. Los huecos que han quedado, al retirar las yemas de los huevos cocidos, se rellenan con el preparado anterior. Cuando estén bien fríos se rebozan con huevo y se fríen en aceite bien caliente.

Se depositan en una cazuela y se vierte sobre los huevos la salsa, elaborada con las 3 yemas reservadas previamente, un poco de caldo y perejil. Se les da un hervor y se sirven calientes.

Torrijas (tostadas de pan)


Este plato pertenece al acervo culinario de toda Castilla.

INGREDIENTES:

pan
leche
canela
huevos
azúcar

ELABORACION:

Se corta el pan en rebanadas finas que se remojan en leche hervida con un poco de azúcar y canela en rama.

A continuación se dejan escurrir toda la noche. A la mañana siguiente se rebozan en huevo y se fríen. Antes de servirlos se espolvorean con azúcar.  1





MOLINA DE ARAGÓN

MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Murallas de la Villa de Molina de Aragón (Guadalajara),
desde la huerta del Monasterio de Santa Clara.*



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra en la Villa de Molina de Aragón, antiguo Señorío independiente, - disputado por las coronas de Castilla y Aragón -, en la provincia de Guadalajara.

Fue fundado en 1581 por un Caballero molinés Terciario Franciscano y conocido inicialmente con el nombre de "La Purísima Concepción".

Las religiosas que comenzaron la vida conventual procedían del Monasterio de la Misericordia de Huete (Cuenca). Eran 4 Clarisas profesas y una donada de gran fama de santidad. A los diez años la Comunidad llegó a estar constituida por 30 religiosas.

El monasterio, con aspecto de fortaleza por su sobria y recia construcción, albergó en varias ocasiones a tropas de soldados, que lo dejaron bastante destrozado. También fue hospital.

En 1851 las religiosas pudieron volver a su convento, después de residir 15 años en el Colegio de las MM. Ursulinas de la ciudad. Fue entonces cuando inauguraron un pequeño internado de educandas, que mantuvimos hasta 1978.

Hoy en día, las 18 religiosas que formamos la Comunidad, nos dedicamos a la confección de ornamentos y de bordados.



Sopa de la Reina

Este plato es típico de la Comunidad como obsequio para nuestros bienhechores. Se prepara en cualquier época del año, desde tiempo inmemorial, aunque se desconoce el nombre de su autora.

INGREDIENTES:

6 huevos
azúcar
canela
limón
bizcochos
vino blanco dulce
anisillos de colores

ELABORACION:

Se separan las yemas de las claras, que se baten a punto de nieve. Una vez hechas, se ponen a fuego lento en un cazo hondo y se les agregan 5 cucharadas de azúcar y 2 de limón. Se remueve despacio con una cuchara de madera, procurando que no se agarren. Cuando comiencen a formarse grumitos, es señal de que la mezcla está a punto.

En una fuente alargada se colocan haciendo montaña 4 bizcochos, ligeramente mojados en vino blanco dulce. Se vierte sobre ellos la mezcla anterior.

Las yemas de huevo se ponen al fuego en otro cazo, con 3 cucharadas de azúcar, un poco de limón y unas gotas de agua. Se va removiendo a fuego lento hasta que la mezcla quede ligeramente espesa.

Se deja enfriar un poco y se extiende con un cucharón sobre las claras. Hay que procurar que se vean chorritos de clara blanca, para que quede bonito.

Se espolvorean por encima un poquito de canela y anisillos de colores.

Se mete en el frigorífico y se sirve frío.



Pichones al nido

Cocinamos este plato cuando disponemos de palomas en el convento, ya que no está a nuestro alcance poder adquirirlas.

INGREDIENTES:

pichones
patatas
mantequilla
sal
perejil
aceite
harina

ELABORACION:

Se pelan los pichones con mucho cuidado para que no se estropeen y se queman ligeramente con alcohol. Se atan con un bramante y se rebozan en harina. Se fríen hasta que queden un poco dorados.

En el mismo aceite se añaden agua y unas patatas enteras peladas y se dejan hervir. Cuando las patatas estén cocidas se agrega un poco de mantequilla y se trabaja hasta que quede un puré espeso.

Se fríen unas patatas finas a modo de pajitas doradas.

En un plato redondo se colocan las patatas fritas formando el nido. Se vierte el puré en el hueco del centro, procurando hacer bien la base del nido, que es donde se coloca el pichón.

En el hueco del pico, que se habrá quitado previamente, se coloca un puñadito de las patatas fritas, y se adorna con perejil.

Se sirve caliente.

Una variante de este plato es adornarlo con ensalada de lechuga, el nido con patatas fritas y dentro, un huevo cocido.



1





MONZÓN

MONASTERIO DE LA INMACULADA



El Monasterio de La Inmaculada se encuentra en la Villa de Monzón, provincia de Huesca, lugar en el que pasó su niñez el Rey Jaime I, el Conquistador.

La historia de este monasterio se inició con la fundación que realizaron 4 hermanas procedentes de Lérida en 1618. Pudo llevarse a cabo, gracias al legado de Dña. Juana de la Torre. Su primera ubicación fue la Plaza de Santo Domingo.

En 1642, al declararse la guerra y quedar la Villa de Monzón totalmente deshabitada, las religiosas tuvieron que trasladarse a Zaragoza donde residieron durante 25 años. Regresaron en 1667 y se instalaron en la casa de D. Martín Ozcoide, debido a que el primitivo convento había sido ocupado por los PP. Dominicos.

En el año 1684 dos religiosas salieron de esta Comunidad para ocupar los cargos de Abadesa y Vicaria del Monasterio de Balaguer, dada la juventud de las hermanas que allí residían.

A comienzos del S. XVIII y con motivo de la Guerra de Sucesión, las religiosas tuvieron que abandonar de nuevo el convento, trasladándose a Barbastro.

Durante la Guerra Civil, nuestras hermanas se refugiaron en casa de sus familiares. El edificio quedó en estado lamentable, por lo que se decidió construir un nuevo monasterio en las afueras de la Villa, que fue inaugurado con su actual denominación el 17 de setiembre de 1961.

En 1955 llegaron a nuestro convento 7 religiosas procedentes de Cantalapiedra. El refuerzo que supuso para nuestra Comunidad fue providencial.

En la imagen, cerámica de la fachada del Monasterio de La Inmaculada, en Monzón (Huesca).



Se trata de un postre que preparamos en las grandes fiestas y para obsequiar a nuestros bienhechores y amigos.

INGREDIENTES:

Para las cañas:

2 dls. de leche

1 dl. de manteca de cerdo derretida

1 cucharada de azúcar

una pizca de sal y harina, la que pida
azúcar glace

Para el relleno:

1 l. de agua

1/4 l. de leche

1/2 kg. de azúcar

300 grs. de harina

vainilla a gusto y un poquito de sal

ELABORACION:


De las cañas:

Se ponen a templar la leche con el azúcar y la sal. Se vierte la mezcla en un bol y se le agrega la manteca de cerdo. Se va añadiendo harina y cuando tiene cierta consistencia, se vuelca sobre la mesa y se va amasando dando golpes a la masa, para que quede fina y se pueda estirar fácilmente con el rodillo. Se añade la harina poco a poco, según se va amasando, ya que es imprescindible que no quede dura. No tiene que pegarse. Hay que extenderla de forma que quede casi transparente, por lo que conviene que esté blanda al mismo tiempo. El secreto de la calidad de este plato está en la confección de la masa.

Una vez hecha, se estira en porciones con el rodillo, hasta dejarlas muy finas. Se cortan unas tiras rectangulares de unos 7 por 18 cms. y se enrollan en las cañas o cilindros que tendrán

unos 2 cms. de diámetro, presionando al final con los dedos para juntar la masa. Se fríen en aceite abundante y bastante caliente, dándoles vueltas, para que se doren por todos los lados. Una vez fritas, se dejan enfriar un poco y se sacan de las cañas. Finalmente, con una manga pastelera de boquilla lisa, se rellenan con la crema fría, cuya elaboración describimos a continuación. Una vez confeccionadas se espolvorean con azúcar glace.

Del relleno:

Se colocan todos los ingredientes en el recipiente en el que se van a cocer y se baten bien con la batidora. Se pone la mezcla al fuego removiendo continuamente hasta que hierva. Puede estar cociendo durante unos segundos, cuidando de removerla bien para que no se pegue al fondo. Se deposita en una bandeja y se deja enfriar. Las cañas también se pueden rellenas con crema o nata. 



Pastelitos de almendra

Este postre se elabora en nuestra casa desde tiempo inmemorial.

INGREDIENTES:

Para la masa:

1/4 kg. de harina
200 grs. de mantequilla
2 yemas pequeñas
2 cucharadas de azúcar
un poco de agua templada

Para el relleno:

1/4 kg. de almendras peladas y molidas
1/4 kg. de azúcar
3 huevos y la ralladura de un limón
cabello de ángel, opcional

ELABORACION:

De la masa:

Se hace un hoyo en el centro de un montoncito de harina, en el que se ponen la mantequilla, las yemas y el azúcar. Se amasa todo añadiendo el agua templada hasta lograr una masa fina. Para ello jugamos con la cantidad de agua y la de harina.

Esta masa nos va a servir para forrar los moldes de los pasteles.

Del relleno:

Se ponen en un bol la almendra molida, el azúcar y la ralladura. Se añaden las tres yemas batidas y, finalmente, las claras batidas a punto de nieve. Se mezcla todo bien.

A continuación se van llenando los moldes de los pasteles - previamente forrados con la masa - con el relleno. Se le puede añadir, si se quiere, un poco de cabello de ángel.

Se meten al horno y se cuecen hasta que estén dorados. Se dejan reposar y se extraen del molde antes de que se hayan enfriado totalmente.

Crema de puerros

INGREDIENTES para 6 personas:

6 puerros
3 patatas medianas
un poco de mantequilla

ELABORACION:

Se ponen a cocer en caldo, los puerros enteros y las patatas troceadas. Una vez cocidos se separan las partes verdes y blancas de los puerros. Se reservan las blancas. Se trituran en la batidora la parte verde de los puerros y las patatas hasta dejar un puré ligerito y muy fino. Una vez trituradas pueden pasarse por un colador. Se guarda el puré.

Seguidamente se pican muy finas - como si fuesen cebolla - las partes blancas de los puerros y se fríen a fuego lento con mantequilla. Conviene que queden blandas y doraditas.

A continuación se vierten en el puré, al que debe añadirse en ese momento un poco de mantequilla. Para esta última operación el puré debe estar caliente. Se sirve al instante.





NÁJERA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla en la Villa de Nájera, cuna de Reyes y corte del Reino Pamplona-Nájera, en la Comunidad Autónoma de La Rioja.

El Monasterio de Santa Elena de Nájera fue fundado en 1561

por Dña. Aldonza Manrique de Lara, hija de D. Antonio Manrique de Lara y de Dña. Juana Cardona. Dña. Aldonza había ingresado en el Monasterio de Santa Clara de Burgos y después de haber vivido allí varios años, vino a fundar un nuevo convento a Nájera, con algunas monjas del

*Arriba, Monasterio de Santa Clara, en Nájera (La Rioja).
A la derecha, patio interior.*



Sopa de verduras

Monasterio de Castil de Lences.

El primer edificio donde se ubicó el monasterio, subsistió durante medio siglo. Con posterioridad se construyó otro de nueva planta, que es el que ha llegado hasta nuestros días. En 1662 se edificó una nueva iglesia porque la primitiva amenazaba ruina.

La Comunidad ha ido poco a poco reconstruyendo el convento gracias a su trabajo y a las limosnas de sus benefactores.

Actualmente somos 13 hermanas. Nuestro medio de vida es una pequeña lavandería y alguna labor de compromiso. Trabajamos con los medios técnicos más apropiados, siempre pobres dentro de grandes espacios.

La cena más habitual de nuestro monasterio es esta sopa de verduras, acompañada de pescado congelado como segundo plato. Se desconoce la época en la que se incorporó al repertorio conventual, aunque se viene preparando desde tiempo inmemorial.

INGREDIENTES para 6 personas:

3 puerros
2 zanahorias pequeñas
2 cebollas blancas
aceite y sal



ELABORACION:

Se pican bien las verduras y se ponen a cocer en agua, añadiéndoles la sal y un buen chorro de aceite de oliva. Cuando estén cocidas, se sirven.



Ensalada de pimientos del piquillo

Preparamos este plato durante la temporada de los pimientos. No se conoce su autora, pero es muy típico de nuestra cocina.

INGREDIENTES para 6 personas:

12 pimientos del piquillo
aceite, ajo y sal

ELABORACION:

Se asan los pimientos a la brasa de sarmiento. Se pelan, despepitan y se cortan en tiras. Se colocan sobre una fuente. A continuación se añaden la sal, el ajo finamente picado y un buen chorro de aceite de oliva.

Este plato puede servirse frío o templado.



Patatas a la riojana

Es un plato tradicional de nuestra región.

INGREDIENTES para 6 personas:

2 kgs. de patatas
1 kg. de pierna de cordero de pasto
300 grs. de tocino
200 grs. de chorizo
agua, aceite y sal
salsa de tomate o tomate frito en conserva

ELABORACION:

Se ponen a cocer las patatas en agua tibia y se les agrega un chorrito de aceite. Cuando comiencen a hervir se les añaden el cordero troceado, el tocino cortado en tacos y el chorizo. Se cuecen a fuego moderado, añadiéndose el agua "que pida". Antes de servir se les incorpora salsa de tomate o tomate frito en conserva. Puede emplearse como plato único, debido a su alto valor nutritivo.







NOFUENTES

MONASTERIO DE NTRA. SRA. DE RIVAS



El Monasterio de Nuestra Señora de Rivas se encuentra en Nofuentes, al noreste de la provincia de Burgos.

En la Bula de Fundación, expedida por el Papa Eugenio IV el 16 de agosto de 1432, se nombra Abadesa a Juana de Villapanillo.

El día 6 de setiembre de 1570 se quemó el convento, que tardó 7 años en reconstruirse. En esta labor participó toda la Comunidad.

Nuestro monasterio llevó a cabo varias fundaciones: en 1593 San Martín de Don (Burgos), en 1607 Azkoitia (Gipuzkoa) y en agosto de 1612, Tolosa (Gipuzkoa).

El día 19 de julio de 1795 llegaron a nuestra casa las Hnas. Clarisas de Portugalete (Bizkaia) acosadas por los peligros

derivados de la invasión francesa en las provincias vascas. Regresaron el 9 de septiembre del mismo año.

En la primera mitad del S. XIX nuestras hermanas tuvieron que abandonar el convento en tres ocasiones. También los conflictos entre carlistas y liberales y la Desamortización, trastocaron la paz y la vida sencilla de las religiosas.

A principios de este siglo se realizaron algunas obras de arreglo y reforma del edificio. En 1921 se habilitaron dos pisos de celdas encima de las cuartos y en 1940 se efectuó la instalación eléctrica en las principales estancias. En 1973 se emprendió la restauración del monasterio, que duró casi 3 años.

Formamos la Comunidad 16 hermanas que profesamos la Regla de Ntra. Madre Santa Clara. Nuestros medios de sustento son un obrador de pastelería y los productos de nuestra huerta.

Monasterio de Nuestra Señora de Rivas, en Nofuentes (Burgos).

Pimientos rellenos

Se trata de una receta muy común, que elaboramos con carne o con bacalao los días de vigilia.

Empleamos conejo, gallina o carne cocida de la víspera. Si no disponemos de sobras, utilizamos carne picada de ternera o de cerdo, e incluso ambas mezclas.

INGREDIENTES:

Conejo, gallina, carne de ternera, carne de cerdo, o bacalao

1 bote de pimientos rojos

2 huevos

1 cebolla

harina, ajo y sal

salsa española o de tomate

ELABORACION:

Se hace un picadillo con la carne o el bacalao, teniendo en cuenta que de un bote pueden salir 18 pimientos, más o menos.

En una sartén se fríen la cebolla y los ajos y se les añaden el picadillo y los huevos batidos. Se mueve la sartén constantemente y se separa del fuego para que los huevos no cuajen.

Se cortan los pimientos rojos en tiras de cierta anchura.

Se vierte encima el relleno y se cubre cada tira con otra de pimiento.

Cada porción de pimiento relleno se pasa por harina y huevo y se fríe en aceite muy caliente.

Se sirven en cazuela, acompañados de salsa española o de tomate.



1

Bacalao frito

Se trata de un plato sencillo que preparamos, sobre todo, los días de vigilia. Los lomos son la parte del bacalao que mejor se presta para la elaboración de esta receta.

INGREDIENTES:

800 grs. de bacalao

harina

huevo y aceite

ELABORACION:

Se pone el bacalao a remojo de 36 a 48 horas, cambiando varias veces el agua para que quede bien desalado. Después, se parte en trozos de 4 x 4 cms., aproximadamente, que se escaldan y se les quitan la piel y las espinas.

Se ahuecan con las manos, se pasan por harina y huevo y, finalmente, se fríen.





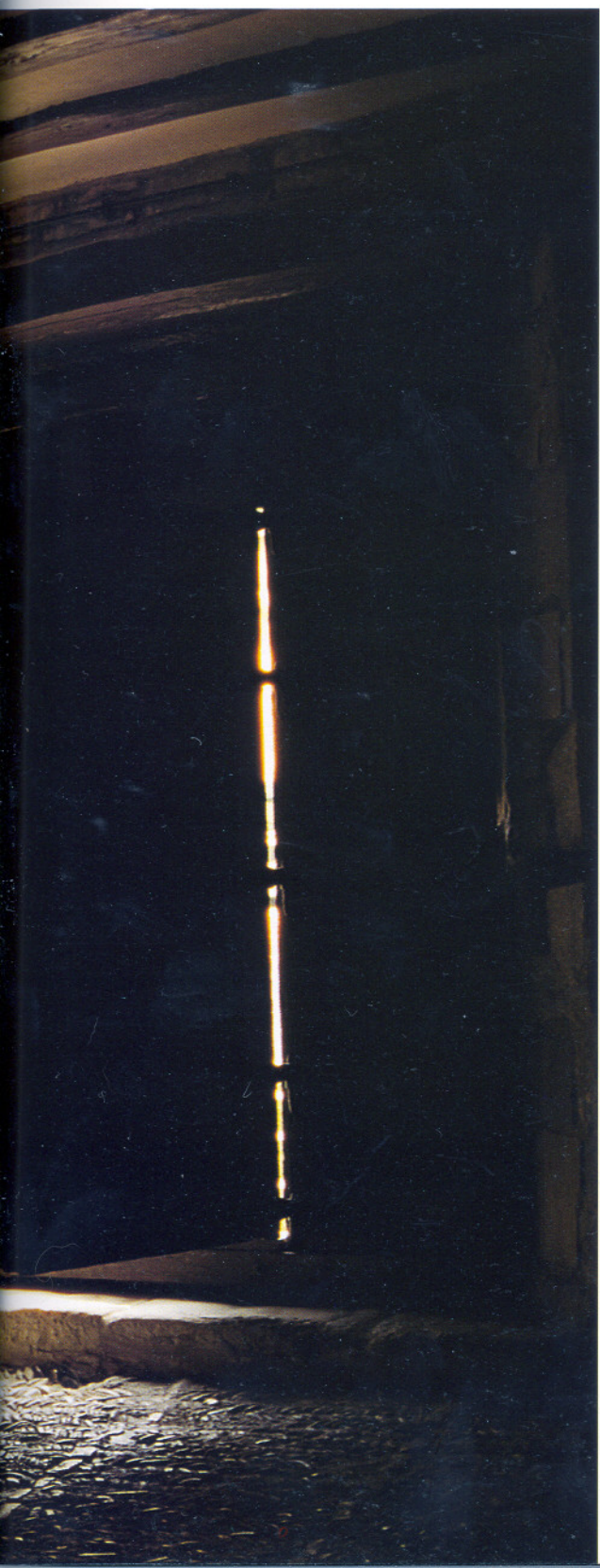
OLITE

CONVENTO DE SANTA ENGRACIA





*Interior del Convento de Santa Engracia,
en Olite (Navarra).*



Nuestro Convento de Santa Engracia se encuentra en la Villa de Olite, centro geográfico del “Reino Navarrorum” y capital de la merindad de su nombre, en Navarra.

Es el primer convento de las Damianitas o Menoretas fundado fuera de Italia. Su origen está relacionado con el establecimiento de los frailes menores en Pamplona entre los años 1213 y 1217. Algunas jóvenes de la ciudad, que querían vivir el amor a Cristo, comenzaron a reunirse en una casa de San Cernín y formaron un Beaterio con el nombre de Santa María de las Vírgenes. Estas jóvenes oyeron hablar de la vida de oración que Clara y sus compañeras llevaban en San Damián de Asís. Un mercader les donó un terreno para que construyeran el monasterio. El 12 de abril de 1228 fue aprobado por el Papa Gregorio IX, quien prestó gran atención a las Menoretas de Pamplona, por ser la primera fundación extranjera.

Los siguientes Papas también sintieron predilección por este convento, así como los Reyes de Navarra. Destaca Teobaldo II como principal benefactor, por sus donativos y favores a Santa Engracia.

A partir de 1512 nuestro convento y otros de Pamplona, sufrieron las consecuencias de la invasión navarro-francesa y muchos fueron destruidos y convertidos en fortalezas. A causa de la invasión napoleónica, el 17 de octubre de 1794 la Comunidad se vió obligada a abandonar el monasterio y, pocos años más tarde, se produjo su demolición. En agosto de 1803 el capellán de la Comunidad tomó posesión del convento, iglesia y huerto de la extinguida Orden de San Antonio Abad, de la ciudad de Olite. En adelante no se llamó de San Antonio, sino de Santa Engracia.

Este monasterio tiene en el jardín central una escultura de “Ntra. Sra. de la Ternura de Dios” del franciscano P. Javier Alvarez de Eulate. El coro está presidido por una talla de la Inmaculada del S. XVII. Un lienzo de mediados del mismo siglo, procedente del Perú, se encuentra en vías de restauración. El Gobierno de Navarra también ha subvencionado la catalogación de nuestro archivo artístico.

Actualmente somos 20 hermanas, además de una postulante. Nuestra edad alcanza la respetable media de 56 años. Nuestro medio de subsistencia es la confección textil de almohadas.

Bacalao al ajoarriero

Se trata de un plato típicamente navarro, cuya especialidad en nuestra casa corre a cargo de la Hna. María Soledad.

INGREDIENTES:

350 grs. de bacalao
3 patatas
2 dientes de ajo
1 cebolla
2 cucharadas de tomate
1 pimiento verde
1 pimiento rojo seco
6 huevos
aceite y sal

ELABORACION:

El bacalao hay que ponerlo a remojo de víspera. Al día siguiente se desmiga y se le quitan todas las espinas. Se pican las patatas de idéntico tamaño a las migas del bacalao, la cebolla, los pimientos y los ajos. Se fríen las patatas y se depositan en un recipiente. Se aprovecha el mismo aceite para pochar la cebolla. Cuando esté casi frita se le añaden el ajo y los pimientos. Una vez frito todo, se vierte el bacalao. Se rehoga y, cuando parezca que ya se ha hecho bastante, se le añaden las patatas y el tomate. Se mezcla bien. Al empezar a hervir saldrá el aceite hacia la superficie del guiso. Si se quiere, se añaden los huevos por encima, que se irán haciendo solos.



Patatas rebozadas en salsa verde

Este plato no se debe comer en grandes cantidades, ya que es muy pesado. La receta es típica de nuestro monasterio y especialidad de la Hna. M^{ra} del Sagrario.

INGREDIENTES:

2 patatas grandes
huevo, harina y aceite
cebolla y perejil
leche
agua y sal

ELABORACION:

Se cortan las patatas en filetes de aproximadamente 1 cm. de grosor.
Se rebozan con harina y huevo y se fríen con bastante aceite hasta que se pongan doraditas, sin llegar a freírlas del todo.
Se escurre el aceite de las patatas, que se van colocando en una cazuela de barro.
En una sartén, se fríen la cebolla, un poco de harina y perejil. Se les añaden leche y agua a partes iguales para hacer la salsa.
Una vez confeccionada, se vierte encima de las patatas puestas en la cazuela. Se mueve un poco. Se mete al horno, a temperatura media. Debe hervir alrededor de 15 minutos y después, se presenta a la mesa.



Pastelitos Santa Engracia

Es una especialidad de la Hna. M^{ra} del Sagrario.

INGREDIENTES:

Carne cocida, bien picada
1 kg. de patatas
huevos, sal y aceite
nata de la leche

ELABORACION:

Se cuecen las patatas enteras con pellejo. Se pelan y se pasan por el pasapurés y no por la batidora. Se añaden 1 ó 2 huevos, y 3 cucharadas grandes de nata. Se mezcla todo bien. Se hacen unas bolitas y se aplastan. Se pone un poco de carne cocida en cada trozo y se dobla la masa para que la carne quede dentro. Se le da forma de pastelito. Se rebozan con harina y huevo y se fríen con aceite muy caliente y abundante. Se sirven preferentemente calientes.

Menestra de verduras

Se trata de un plato especialidad de la Hna. Micaela.

INGREDIENTES:

Cardo, acelgas, alcachofas
pencas
guisantes
alubias verdes
espárragos
gallina
jamón serrano
aceite
cebolla
sal
tomate frito

ELABORACION:

Se cuecen las verduras y la gallina con sal. Se rebozan el cardo, las acelgas y las alcachofas.
Se despedaza la gallina.
En una sartén con abundante aceite, se fríe un poco de jamón en trozos pequeños. Se saca el jamón, y en ese mismo aceite, se echa la cebolla. Cuando esté dorada, se le añade un poco de tomate.
En una cazuela aparte, se van disponiendo las verduras en capas, echando sobre cada una de ellas una parte del sofrito, del jamón y de los espárragos.
Se calienta y está lista para servir.



2





OÑATI

MONASTERIO DE LA SANTÍSIMA TRINIDAD



Nuestro Monasterio de la Santísima Trinidad, más conocido como “Monasterio de Bidaurreta”, se encuentra ubicado en Oñati - “lugar abundante en colinas” - Villa enclavada en el corazón de Gipuzkoa y sede de la Universidad fundada por D. Rodrigo Mercado de Zuazola en 1548.

El convento fue construido gracias al singular apoyo de D. Juan López de Lazárraga, personaje de gran relieve en la historia de Oñati. Secretario y Contable Mayor de los Reyes Católicos, fue albacea testamentario de la Reina Isabel.

Su Católica Majestad le expuso su deseo de fundar un monasterio en la citada villa y, al existir ya uno de franciscanos en Aránzazu, optó por el de las Clarisas que fue el primero de Gipuzkoa. Muerta la Reina Isabel en el año 1504 sin ejecutar

su deseo y sin dejar fondos suficientes para construirlo, D. Juan López de Lazárraga decidió dedicar toda su hacienda y los bienes de su esposa Dña. Juana de Gamboa para la edificación del monasterio. Solicitó la correspondiente Bula al Papa Julio II, quien la concedió el 19 de enero de 1509. En 1511 se incorporaron las primeras religiosas fundadoras procedentes del Convento de San Antonio de Vitoria-Gazteiz.

Con motivo del saqueo e incendio del Santuario de Aránzazu acaecido en el S. XIX, el Monasterio de Bidaurreta se convirtió en refugio de la Virgen de Aránzazu, Patrona de Gipuzkoa, durante 14 años.

Los recursos para nuestra subsistencia proceden de los trabajos que realizamos para diferentes empresas de Oñati.

*Claustro del
Monasterio
de la
Santísima
Trinidad,
en Oñati
(Gipuzkoa).*





Arroz con leche

Se trata del plato más típico de nuestro monasterio, difícilmente superado por nadie a juicio de los expertos.

Hay una anécdota significativa que avala esta afirmación. Un día de fiesta, las monjas mandaron a la demandadera que llevase una fuente del exquisito arroz a un tal D. José María, bienhechor de la Comunidad. Existía también en Oñati un cura del mismo nombre a quien, por confusión, entregó el presente. El cura lo recibió sorprendido y se apresuró a dar buena cuenta de él. Al rato volvió la demandadera para recuperar el arroz, pero, naturalmente, la cosa ya no tenía remedio.

Lo malo fueron las consecuencias del suceso. El bienhechor pertenecía al Ayuntamiento y, molesto por la falta de cortesía de las monjas, se valió de un fútil pretexto para ponerles un pleito. Tuvieron que sufrir lo indecible durante años hasta que, recientemente, se resolvió a nuestro favor.


Las fuentes de arroz con leche las empleamos para obsequiar a nuestros bienhechores y para las fiestas de la Comunidad. Lo primero que hace falta para su elaboración es disponer de una balanza romana, que utiliza la monja que lo prepara, con una antigüedad de unos 400 años. Con ella calcula por medio de distintos trozos de hierro y pesas, las cantidades necesarias. Además hay que añadir la paciencia benedictina que le hace permanecer durante una o dos horas junto a la cazuela, dando vueltas al arroz con una enorme cuchara de madera, sin dejarla ni un momento.

INGREDIENTES para 6 personas:

200 grs. de arroz
400 grs. de azúcar
2 l. de leche natural
1 palito de canela en rama

ELABORACION:

Se ponen en una cazuela la leche y el arroz en frío, y se remueve mientras se va cociendo. Una vez que ha comenzado a hervir se echa el palo de canela. Cuando el arroz esté bien cocido, se añade el azúcar y se deja hervir durante un rato. Se sigue dando vueltas para evitar que se pegue o se queme, hasta que adquiera el espesor necesario.

Se pone en una fuente y con una plantilla de cartón, perforada con el dibujo que se quiera, se espolvorea canela en polvo para adornarlo. Hay que esperar a que se enfríe bien y se le forme la nata encima.  1

Otra de nuestras recetas típicas son las rosquillas, que tampoco se venden, sino que sirven para corresponder a visitantes y familiares.

INGREDIENTES:

1 corteza de limón rallada
12 huevos
1 kg. de azúcar
1 kg. de nata fresca
3 kgs. de harina
1/2 vaso de anís
un poco de levadura

ELABORACION:

Se mezclan la nata, el azúcar, los huevos y el limón. Se va echando la harina y se amasa como para hacer pan. La levadura y el anís se añaden mientras se va amasando.

Se deja reposar la masa durante cierto tiempo y se cogen pequeños trozos para formar las rosquillas. Con un objeto apropiado se hacen tres hoyos de adorno en cada rosquilla. Se colocan en bandejas y se meten al horno, que debe estar a temperatura muy elevada.





OÑATI

MONASTERIO DE SANTA ANA DE ZUBIKOA



Nuestro Monasterio de Santa Ana de Zubikoa se halla actualmente a las afueras de Oñati, en el barrio de Garagaltza, en Gipuzkoa.

La fundadora de las "Beatas de la Orden de Santa María de Aránzazu", parece que fue Dña. Juana de Arriarán, a la que se unieron 4 señoras en 1501. En 1509, se trasladaron al barrio de Zubikoa, donde permaneció la Orden 472 años.

En 1573 aceptaron la clausura, profesando la Regla de la Tercera Orden de San Francisco hasta 1962, fecha en la que

asumieron la Regla para las Clarisas del Papa Urbano IV.

En 1982 la Comunidad se trasladó a un nuevo monasterio, debido a que el anterior se encontraba en muy malas condiciones. El primitivo fue adquirido por el Ayuntamiento, que lo restauró con el fin de dedicarlo a actividades culturales. Así se garantizó la conservación de este importante patrimonio histórico.

Actualmente formamos la Comunidad 28 hermanas, que trabajamos, como medio de subsistencia, en una lavandería.

Monasterio de Santa Ana de Zubikoa, en Oñati (Gipuzkoa).

Tostones

Este plato, de origen autóctono, se incorporó a nuestro recetario conventual a comienzos de siglo. Lo preparamos durante todo el año.

INGREDIENTES:

1 vaso de nata de leche
azúcar, en la misma medida que la nata
1 cucharilla de levadura
harina

ELABORACION:

Se mezclan la nata, la levadura y el azúcar en un recipiente. Una hora después se deposita el preparado sobre una mesa de mármol y se va amasando con la harina, a modo de pan, hasta que pueda extenderse como si fuera masa de hojaldre. Se corta con moldes, a gusto de la cocinera. Las porciones se colocan en una bandeja. Se meten al horno, previamente calentado, y se mantienen en él hasta que se doren.

INGREDIENTES:

3 huevos
3 tazas pequeñas de azúcar
2 tazas de leche
6 tazas pequeñas de harina, sin llenar del todo
2 cucharillas de levadura
anís o corteza de limón rallado

ELABORACION:

En una batidora se mezclan los huevos con el azúcar hasta que la mezcla levante un poco. Se le agregan los demás ingredientes, mezclando todo de nuevo en la misma batidora. Se preparan los moldes de antemano y se van llenando con una cuchara. Se colocan en bandejas y se meten al horno hasta que levanten y se doren.

La misma masa puede servir como bizcocho para meriendas y desayunos.





ORDUÑA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra en la muy Noble y Leal Ciudad de Orduña, enclave vizcaíno en Alava.

Los orígenes del convento se remontan a 1296 cuando Bonifacio VIII autorizó su fundación cerca de la iglesia de Santa María de la Antigua. Por razones militares se emplazó intramuros de la ciudad, junto a la ermita de San Julián. Este es el motivo por el que las religiosas fueron conocidas en sus orígenes como "Beatas de San Julián".

A finales del S. XVI se amplió el monasterio, debido al aumento del número de profesiones. En 1646 cambió de ubicación, pasando la Comunidad a ocupar el Convento de "Santa Marina", adscribiéndose a la Regla de Urbano IV.

Durante la Guerra de Convención (1794-1795) se refugiaron en nuestro convento las hermanas del Monasterio de la Santa

Cruz de Bilbao y las de Santa Clara de Gernika. En julio de 1795, y también huyendo de los franceses, las religiosas se vieron obligadas a abandonar el monasterio, acudiendo a Berberana, en Burgos. El día 5 de agosto se hizo pública la paz en Vitoria-Gazteiz y, a los 2 días, las monjas regresaron a casa.

Con motivo de la Guerra de la Independencia, nuestras hermanas tuvieron que huir, una vez más.

Durante la Primera Guerra Carlista vinieron a vivir con nosotras las religiosas de Vitoria-Gazteiz. Años más tarde, la Desamortización obligó a nuestras antepasadas a abandonar de nuevo el convento para salir a pedir limosna, ya que el Gobierno incautó todos nuestros bienes.

Formamos la Comunidad 13 religiosas, que trabajamos en la manipulación de objetos de regalo para grandes almacenes.

Monasterio de Santa Clara, en Orduña (Bizkaia).



Postre de copa de kiwi

Este plato se prepara durante todo el año. Es una receta creada por las hermanas cocineras, con la colaboración de otras religiosas.

INGREDIENTES para 6 personas:

6 kiwis
24 bolitas de melón muy maduro
3 cucharadas de licor
azúcar

ELABORACION:

Se pasan los kiwis y el azúcar por la batidora hasta que se forme un puré homogéneo.

Se sirve el preparado obtenido en una copa por comensal, a la que se añaden 4 bolitas de melón - separadas por una cucharilla cortante - y media cucharada de licor.

Se deja en maceración en el frigorífico desde la víspera y se sirve muy fresco.







Merluza al vino blanco


INGREDIENTES:

1 cola de merluza - fresca o congelada - de unos 2 kgs.
2 huevos cocidos
1 vasito de vino blanco
el zumo de 1 ó 2 limones
sal, ajo y harina
aceite de oliva y de girasol mezclados

ELABORACION:

Se quitan las escamas a la merluza, se rocía con vino blanco y sal, y se deja reposar durante 30 minutos.

En una besuguera se vierte el aceite y se echan 2 dientes de ajos picados. La cola de merluza se pasa por un poco de harina para que no se pegue. Se coloca con cuidado en la besugera y se deja en ella unos 7 minutos. Se le da la vuelta y con una cuchara se le va echando aceite por encima. Se le añade vino blanco y el zumo del limón. Se mueve la cazuela sin parar, como si se fuera a hacer bacalao al pil-pil. Mientras tanto, se continúa echando, poco a poco, el aceite por encima. Se pincha de vez en cuando con una aguja. Cuando el hueso de la merluza salga por delante, significa que ya está hecha y muy jugosa.

Se sirve muy caliente, con todo su jugo y se decora con los huevos duros bien picaditos. Se hace en 30 minutos.  2

Tostones de Santa Clara

Estos tostones se recuerdan en muchas familias orduñenses de generación en generación.

INGREDIENTES:

1 kg. de harina
1/2 kg. de azúcar
2 huevos
100 grs. de mantequilla
esencia o licor de anís
bicarbonato
leche sin cocer, para que empape la masa

ELABORACION:

Se coloca la harina, como para hacer masa de pan, y se añaden el azúcar, los huevos batidos con la leche, la mantequilla líquida fría y el anís. Se amasa muy despacio. Cuando la masa esté hecha, se le añade un poco de bicarbonato y se sigue amasando.

Se deja en reposo 30 minutos. Se extiende la masa con un rodillo, haciendo los tostones con diferentes moldes.

Se colocan los tostones en bandejas de horno, previamente untadas con aceite o mantequilla. Se meten al horno muy caliente, hasta que se doren.



PALENCIA

REAL MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Real Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en Palencia, ciudad que fue sede de la primera Universidad española.

El monasterio fue fundado en Reinoso en tiempos del Rey Alfonso X, el Sabio, quien efectuó donaciones y concedió privilegios a sus moradoras. Con motivo de los enfrentamientos entre los Reyes Pedro I de Castilla y su hermano Enrique II, el convento quedó destruido y las monjas tuvieron que trasladarse a Palencia en 1370, donde vivieron en casas ajenas. En 1378, mediante una concordia con el Obispo y el Cabildo, el Rey Enrique II y su esposa Dña. Juana Manuel promovieron la fundación en el lugar de su actual emplazamiento.

Con la temprana muerte de los Reyes, el primer Almirante de Castilla D. Alonso Enríquez y su esposa, se convirtieron en Patronos y Protectores. Edificaron el monasterio y la iglesia, donde ubicaron la maravillosa carabela de alabastro con sus

propios bustos, si bien los sepulcros - hoy desaparecidos - son obra de su hijo D. Fadrique. Al arreglar el pavimento de la iglesia se colocó una nueva lápida indicando el lugar en donde se encuentran sus restos.

Como consecuencia del desarrollo urbano de los últimos 30 años, el monasterio ha quedado ubicado en las proximidades del centro de la ciudad. Sus partes principales son el coro, con su maravillosa sillería gótica doble, el refectorio y, de modo especial, su sala capítular.

La Comunidad apenas sufrió las consecuencias de la francesa. Peor fue el destierro a Calabazanos en 1868, realizado en muy pocas horas. Se perdieron la mayor parte del archivo y numerosas obras de arte. El consuelo, en medio de tanta penuria, fue poder llevar el maravilloso Santo Cristo Yacente, de tanta devoción para la Comunidad y para los palentinos. Las religiosas pudieron regresar al convento al cabo de 5 años.

Detalle del claustro del Real Monasterio de Santa Clara, en Palencia.

Pastel de pescado

De este plato podemos decir lo mismo que del anterior. Para su elaboración puede emplearse cualquier pescado, aunque nosotras utilizamos preferentemente merluza congelada.

INGREDIENTES:

1 kg. de pescado
3 huevos
cebolla, pimiento rojo y zanahoria
ajo, aceite, sal y limón
pan rallado, perejil y margarina

ELABORACION:

Se ponen los trozos de pescado en una fuente de horno y se rocían con aceite. Se añaden cebolla picada y el zumo del limón. Se cubre la fuente con papel de aluminio y se mete al horno previamente calentado, durante 20 minutos. Se saca del horno y se desmenuza el pescado junto con todo el jugo. Se añaden ajo frito bien picado y pimiento rojo finamente cortado. Se sazona con sal. A continuación se separan las yemas de las claras y se agregan las primeras. Se baten las claras a punto de nieve y se añaden con cuidado. La mezcla obtenida se coloca en un molde previamente untado con margarina y pan rallado. Se pone al baño María dentro del horno. Se comprueba que está a punto introduciendo una aguja que deberá salir perfectamente limpia. Se saca del molde y se sirve con salsa mayonesa, adornado con perejil y zanahoria.



Cóctel de marisco con cabracho

Es un plato incorporado a nuestro recetario desde que los mariscos y pescados llegan con facilidad a Palencia, como consecuencia del desarrollo de las comunicaciones.

No se facilitan cantidades exactas porque el cabracho se compra por unidades. Se obtendrá mayor o menor número de raciones en función de su tamaño.

INGREDIENTES:

1 cabracho hermoso
4 gambas, por ración
huevo, aceite y, vinagre o limón, para la salsa mayonesa
salsa de tomate, para colorear la mayonesa
aceite, sal y laurel

ELABORACION:

Se limpia cuidadosamente el cabracho y se pone a cocer en agua fría con un chorrito de aceite, sal y laurel.

Cuando comience a hervir, se retira y se deja enfriar con el fin de quitarle la piel y las espinas. A continuación se desmenuza en frío y se reserva.

Por otra parte, se prepara una salsa mayonesa con los huevos, el aceite y el vinagre o el limón. Se añade un poco de tomate para que la salsa quede de color rosado. Hay que batirla bien para que el color sea uniforme.

Seguidamente se mezclan los trozos de cabracho con la mayonesa rosada.

Cada ración se sirve en una copa, de la que colgarán 4 gambas peladas como adorno.





PEÑAFIEL

MONASTERIO DE LA ENCARNACIÓN



Nuestro Monasterio de la Encarnación se encuentra situado en la histórica Villa de Peñafiel, en Valladolid.

Fundó el convento Dña. Isabel de la Cueva, Duquesa de Osuna, Condesa de Ureña y Virreina de Nápoles. Fue esposa de D. Pedro Téllez Girón, primer Duque de Osuna y primer Marqués de la Villa de Peñafiel, y hermana de D. Beltrán de la

Cueva, sexto Duque de Alburquerque. Realizó la fundación en 1607 con la autoridad apostólica del Papa Paulo V.

Para llevarla a cabo, vinieron 6 Clarisas del Monasterio de Santa Clara de Villafrechós (Valladolid), perteneciente a la Provincia Franciscana de Santiago. Permanecieron hospedadas en el palacio de los Duques de Osuna hasta que el domingo



*Claustro superior del Monasterio de la Encarnación,
en Peñafiel (Valladolid).*



día 19 de agosto de 1607, “reunida toda la familia y el pueblo, en compacto acompañamiento, se trasladaron a la iglesia de Santa María para coger el Santísimo Sacramento e ir en procesión hasta el convento”.

Dña. Isabel de la Cueva, Duquesa de Osuna, murió en Nápoles. Siguiendo sus indicaciones, trasladaron su cadáver al monasterio hacia 1627, donde se conserva momificado.

La fundación del convento se realizó en casas ya construidas. Su fábrica fue mejorándose poco a poco, hasta llegar a una configuración muy “monástica”. En 1698 se edificó la iglesia, de tamaño mediano, dedicada a la Virgen María en el Misterio de la Encarnación.

A lo largo de su historia, el monasterio sufrió diversos incendios y saqueos, por lo que necesitaba ser restaurado. En 1941 llegó a nuestra casa el matrimonio cristiano formado por D. Justo Girón de Velasco y su esposa Dña. Clementina, descendientes de una rama de los fundadores. Viendo las condiciones en las que se hallaba, financiaron su rehabilitación, y de modo muy especial, la de la iglesia.

En 1985 se reformó el coro bajo. Se sacaron los restos de las hermanas que se encontraban enterradas en él desde la fundación y se trasladaron a una única fosa del actual cementerio.

Hoy en día, formamos la Comunidad 11 hermanas. Trabajamos en la elaboración de formas, bordado, costura, lavado y planchado de ropa y cultivamos nuestra hermosa huerta.



Merluza a la valenciana

INGREDIENTES para 6 personas:

- 1 merluza de 2 kgs.
- el zumo de un limón
- 6 almendras
- 2 dientes de ajo
- perejil
- 2 cebollas
- 1 vaso de agua
- 100 grs. de guisantes
- 1 latita pequeña de espárragos
- 1 vaso de vino blanco
- apio
- 2 huevos duros

ELABORACION:

Se limpia la merluza y se le vierte, por encima, el zumo del limón. Se deja durante unos minutos.

Se enjuaga, se pasa por harina y se le da una vuelta en la sartén. Se coloca en una cazuela de barro.

Se majan la cebolla, las almendras, el ajo, el perejil y el apio. Se agrega el preparado a la merluza y se añaden el agua, los guisantes, los espárragos y el vino blanco. Se deja hervir entre 5 y 10 minutos. Se adorna con huevos duros.



Lechazo asado en cuartos

Es un plato típico de Peñafiel.

INGREDIENTES:

- 500 grs. de lechazo sin partir, por persona
- 50 grs. de manteca derretida
- 1 vaso de agua
- sal, al gusto

ELABORACION:

Con una brocha fina se unta la manteca derretida en la cara superior de la pierna del lechazo y se sazona con sal.

Se coloca en un plato de barro y se mete al horno fuerte durante unos 90 minutos, hasta que se dore. Una vez dorada por encima, se le da la vuelta y se repite la operación de la manteca. Mientras se va dorando por el otro lado, se sazona y se vierte otro vasito de agua.

Se presenta a la mesa entero. Se trocea cuando se vaya a servir.

Rollo de pollo y piña

INGREDIENTES para 6 personas:

- 1 paquete de puré de patatas
- 2 pechugas de pollo
- 4 rodajas de piña
- 1 lechuga
- 1 bote de aceitunas verdes, rellenas de pimienta
- medio bote de mayonesa
- 25 grs. de mantequilla
- aceite, sal y pimienta

ELABORACION:


Se prepara el puré con 1/4 de litro de agua, la mantequilla y una cucharada de sal. Se deja enfriar, y se reserva.

Se fríen las pechugas en un poco de aceite. Se cortan en trocitos pequeños la piña, las pechu-

gas, 6 aceitunas y unas hojas de lechuga, y se mezcla todo con 4 cucharadas de mayonesa.

Se extiende el puré sobre un paño de cocina húmedo, se pone en el centro la preparación anterior y se enrolla. Debe resultar un rollo grueso y corto.

Se coloca en una fuente alargada y se le da la forma de piña. Se adorna con mayonesa y con las aceitunas cortadas en discos, como si fueran la corteza.

Finalmente, se adorna colocando el cogollo de la lechuga en el centro de la parte superior de la piña.  1

Pan de sardinas

INGREDIENTES para 6 personas:


- 1 paquete de puré de patatas
- 1 lata de sardinas en aceite
- 25 grs. de mantequilla
- 1 limón
- 6 quesitos
- 2 huevos
- 1 lechuga
- mayonesa
- queso rallado
- aceite, sal y pimienta
- nuez moscada

ELABORACION:

Se prepara el puré con 1/2 litro de agua, la mantequilla y una cucharada de sal.

Se añaden las sardinas sin espinas, desmenuzadas, los quesitos aplastados, las dos yemas y el zumo de limón. Se trabaja la mezcla hasta que quede homogénea y se sazona con sal, pimienta y nuez moscada.

Se unta un molde con aceite, se espolvorea con queso rallado y se vierte el preparado anterior. Se deja en el frigorífico de 2 a 3 horas.

Se saca del molde y se decora con mayonesa y lechuga en tiras finas.  2







PONTEVEDRA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



*A la izquierda,
ábside de la iglesia del
Monasterio de Santa Clara,
en Pontevedra.
Debajo, coro conventual.*



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en la ciudad de Pontevedra.

Fray Jacobo de Castro, cronista de la Orden, asegura que su actual lugar de emplazamiento es el primitivo, "indicado por milagrosas luminarias a los desconocidos fundadores". Constituido en 1271, tuvo como primera Abadesa a la Venerable Sor Leonor Rodríguez.

La fama de este recogido cenobio se difundió rápidamente y los Papas Juan XXI, Bonifacio VIII, Nicolás III, Urbano VI, Pío IV, Pío V, Clemente XIII y Pío VI le concedieron abundantes privilegios.

No menos solícitos fueron los Reyes de Castilla y León. Desde la época de Fernando IV (1295-1312) se conserva en el archivo del monasterio - en pergamino de cuero, sellado con un

Dulce de manzana

sello de plomo pendiente de hilos de seda - el Privilegio Real de 20 hombres, libres de "todos pechos y derechos", para servicio y defensa de estas prisioneras de Cristo.

Esta Carta de Privilegios Reales fue confirmada cada 7 años por todos los soberanos de las Casas de Austria y de Borbón hasta Fernando VII (1814).

En 1719, por mandato del Excmo. Sr. Arzobispo, D. Luis Salcedo, las 40 monjas que integraban la Comunidad se vieron obligadas a buscar asilo en el Colegio de Huérfanas de la ciudad de Santiago, huyendo de la invasión inglesa. Durante la Guerra de la Independencia fueron acogidas por un período de 8 meses por parientes y bienhechores. Regresaron al convento - saqueado y quemado en parte - el 4 de setiembre de 1809.

El 5 de diciembre de 1868, dando cumplimiento a una orden del Gobierno Provisional de la Nación, se trasladaron a las Terciarias Isabeles de Tuy, donde permanecieron hasta el 1 de octubre de 1875.

Durante su ausencia, el convento fue convertido en hospicio. El Excmo. Cardenal Miguel Payá y Rico, Arzobispo de Santiago de Compostela, negoció con su Majestad Alfonso XII la devolución del convento para sus hijas de Pontevedra, restaurándolo parcialmente a sus expensas. En el año 1912 el Cardenal Martín de Herrera realizó otras obras complementarias de rehabilitación.

Finalmente, de 1976 a 1983, se reconstruyeron los tejados, y los pisos de madera fueron sustituidos por placas de cemento. Con esta importante reforma, el monasterio quedó muy confortable.

Empleamos este postre para aprovechar las manzanas caídas de los árboles que, en muchas ocasiones, están aún verdes.

INGREDIENTES:

Manzanas y azúcar

No se indican cantidades porque este dulce se prepara en función de las manzanas que recogemos del suelo.


Se señala la proporción que deben guardar entre sí ambos ingredientes, para poder elaborar la cantidad que se desee. Puede conservarse durante mucho tiempo en sitio fresco.

ELABORACION:

Se lavan las manzanas en agua y se eliminan las partes golpeadas con un cuchillo.

Se hierven sin pelar y, antes de que comiencen a deshacerse, se vierten en una cesta de mimbre, para que escurran todo el agua. Una vez escurridas se pasan por un tamiz o por un colador, dejando una pasta fina. Se pesa esta pasta y se prepara idéntica cantidad de azúcar.

Se pone la pasta al fuego y se remueve para que no se pegue. Una vez caliente se le agregan las 3/4 partes del azúcar, reservándose el resto. Cuando comience a hervir se mantiene en ebullición durante 30 minutos. Pasado este tiempo se le añade el azúcar - la cuarta parte restante - que hemos guardado, y se remueve bien.

Una vez concentrado, se vacía en caliente en moldes metálicos o en frascos de cristal. Se puede extraer del recipiente a los pocos días.  1





PORTUGALETE

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra situado en la margen izquierda del río Nervión, en la Noble Villa de Portugalete.

Fue un beaterio desde tiempo inmemorial. En el año 1614, las beatas que allí residían - con la ayuda de 4 religiosas procedentes del Monasterio de Orduña - abrazaron la Regla de Santa Clara.

El convento fue abandonado en diversas ocasiones con motivo de distintos conflictos bélicos. En una de estas huidas, nuestras hermanas se refugiaron en el Monasterio de las Clarisas de Nofuentes y en casas particulares.

Finalizada la Guerra Civil, el edificio estaba quemado y medio derruido. Rehabilitado, gracias a las limosnas de nuestros bienhechores, la Comunidad continuó en él hasta que, debido a la precaria situación del tejado, se pensó en construir uno nuevo con el producto de la venta del antiguo.

Después de 16 años de búsqueda y sin hallar solución al problema, se decidió proponer al comprador la idea de convertir en monasterio las dos últimas plantas de un bloque formado por dos grandes casas de vecinos.

Actualmente formamos la Comunidad 16 hermanas y nuestro medio de vida es el trabajo de bordado a máquina.

Antiguo Monasterio de Santa Clara, en Portugalete (Bizkaia).

Tarta Mirari

El nombre de este delicioso postre recuerda a su creadora. En euskera, "Mirari" significa Milagros.

INGREDIENTES:

1/2 kg. de zanahorias
100 grs. de mantequilla
100 grs. de azúcar
magdalenas cuadradas
chocolate o mermelada
una copita de coñac o brandy
coco rallado o almendra molida, si se emplea mermelada

ELABORACION:

Se cuecen las zanahorias, se trituran y se les añaden el azúcar y la mantequilla.

Se cortan las magdalenas por la mitad, en dos capas.

Se cubre el fondo de una fuente con una capa de magdalenas y, sobre ella, se coloca la masa obtenida con las zanahorias.

Se pone otra capa de magdalenas, y se cubre con chocolate espeso, al que se añaden un chorrito de coñac o brandy y mantequilla. Así al enfriarse quedará duro y brillante.

Si se desea puede sustituirse el chocolate por mermelada, mezclada con coco rallado o almendra molida.

Crema Urioste

Este plato fue bautizado con el nombre de "Urioste", debido a que la religiosa que lo incorporó al recetario conventual es oriunda de este barrio.

INGREDIENTES:

2 cebollas hermosas
2 tomates
1 l. de agua
aceite y sal

ELABORACION:

Se ponen a hervir las cebollas, los tomates, el aceite y la sal.

Cuando todo esté bien cocido se pasa por el pasapurés y se sirve adornado de picatostes o panes fritos.





2

Pastel de vainas (judías verdes)

INGREDIENTES:

1/2 kg. de vainas (judías verdes)
1/2 kg. de patatas
300 grs. de arroz
salsa de tomate
aceite y sal

ELABORACION:

Se pelan las vainas y se les quitan los hilos y los granos, en el caso de que sean grandes.

Se pelan las patatas y se cortan en pequeños cuadraditos, como si se fuera a cocinar una tortilla de

patatas.

Se cuecen las vainas con agua y sal y se fríen las patatas. Se cuece también el arroz, para obtener "arroz blanco".

En un molde se colocan por este orden, una capa de vainas, una de patatas y, finalmente, la capa de arroz.

Se saca del molde y se vierte la salsa de tomate por encima.  2





RAPARIEGOS

REAL CONVENTO DE SANTA CLARA



Nuestro Real Convento de Santa Clara - una de las joyas más importantes en la gloriosa historia de la Orden Seráfica - se encuentra ubicado en Rapariegos, provincia de Segovia.

“Las primeras religiosas que le habitaron y honraron con sus virtudes, fueron dos compañeras de Ntra. Madre Santa Clara, que vinieron por mandato de Ntro. Padre San Francisco”.

En 1666 la Abadesa del convento Dña. María Soler y la Secretaria Dña. Josefa María de Villapadierna, mostraron su interés en conocer la Fundación y Patronazgo de su monasterio. Con este fin encomendaron hacer las diligencias oportunas a un Padre de su Orden, quien encontró en los anales de Gonzaga una cláusula, en la que se declara que el citado

Convento de Santa Clara fue edificado por los ínclitos caballeros Domingo Egidio y María Verdugo, vecinos de Arévalo, en el año 1270.

Una inscripción de la iglesia del año 1713, concuerda con lo anterior, aunque sitúa la fecha de la fundación en 1240. Domingo Egidio es citado en una nota al margen superior de un códice del S. XIV, perteneciente al inventario del convento, hecho por Fray Simón, Provincial de Castilla en el año 1337. En esa nota se lee que el tal Egidio “era vivo en el año de 1280”.

Un siglo más tarde aparece como bienhechor del convento, el Señor Palazuelos, egregio personaje emparentado con los Reyes de Hungría, cuyo árbol genealógico se encuentra en el citado códice.



Entre las religiosas del monasterio más insignes por sus virtudes merecen especial mención Dña. Damiana Rincón, natural de Medina del Campo (Valladolid), eminente en la caridad para con sus prójimos y Dña. Juana de la Cruz, natural de Martín Muñoz de las Posadas (Segovia), fallecida en 1592.

El año 1587 Dña. María de Viana y Baños dejó Santa Clara de Rapariegos con 4 religiosas, para ser Abadesa del Convento del Corpus Christi de Segovia. En 1593, Catalina de Miraval marchó con otra religiosa para ser Abadesa en Santa Clara de Medina del Campo y en 1603 fueron a Segovia, María de Guzmán y otras 3 religiosas. En 1961, 4 religiosas de Cuéllar, vinieron a reforzar nuestra Comunidad.

Durante la Guerra de la Independencia saquearon y despojaron todo de cuanto valor tenía el convento y la Desamortización terminó dejándolo en la penuria.

En la actualidad formamos la Comunidad 7 hermanas que elaboramos formas para la celebración de la Eucaristía en las parroquias más próximas.

*En la página anterior, Real Monasterio de Santa Clara, en Rapariegos (Segovia).
Abajo, campanario de su iglesia.*



Cordero semiasado

Desconocemos la autora de este plato incluido en nuestro recetario conventual desde tiempo inmemorial. Reservamos esta receta para las grandes solemnidades, porque resulta bastante caro para nuestras posibilidades.

INGREDIENTES:

2 kgs. de cordero troceado, preferentemente de la parte delantera, que es más jugosa
2 cebollas hermosas
2 tomates hermosos
4 dientes de ajo, en trozos grandes
1 hoja de laurel, opcional
1 vaso de vino blanco
2 patatas grandes
caldo de carne o de verduras, si han sobrado de otra comida
aceite y sal

ELABORACION:

Se doran los trozos de cordero en una sartén y, cuando estén a medio dorar, se añaden la cebolla bien picada, los tomates pelados, despetitados y cortados en trozos pequeños, los ajos y el laurel.

Una vez dorados, se añade el vaso de vino blanco y se vierte todo en una cacerola. Se cubre con agua o con caldo y se deja cocer. Cuando estén casi hechos se añaden las patatas, previamente cortadas en trozos pequeños y redondos, que se cocerán, empapándose de toda la sustancia.





Calabacín estofado

Se trata de un plato que preparamos en el monasterio desde hace muchos años, aprovechando la cosecha de nuestra huerta.

INGREDIENTES:


2 kgs. de calabacín de tamaño medio
2 cebollas hermosas
4 dientes de ajo
1 hoja de laurel, opcional
2 tacitas de aceite, sal y vinagre

ELABORACION:

Se pelan los calabacines, se cortan en rodajas de 2 cms. de ancho aproximadamente y se

colocan en una cacerola con agua caliente. Hay que poner poca agua porque el calabacín suelta mucho líquido. Se añaden las cebollas y los ajos, finamente picados, la hoja de laurel y el aceite crudo.

Cuando el calabacín esté cocido se agrega un chorro de vinagre, en cantidad suficiente para que se note su presencia en el guiso a la hora de comerlo.

Este mismo plato puede prepararse con calabaza amarilla. En ambos casos es delicioso, muy sencillo y muy sano.  1





RIBADEO

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra situado en la Villa de Ribadeo, en el noroeste de la costa de Lugo.

Su origen se remonta al S. XIV. Es de construcción sencilla, exponente del arte popular gallego. Se asienta de cara a la ría, por lo que podemos gozar de esta bella obra salida de las manos del Creador.

Cuando las tropas francesas asaltaron Ribadeo, hicieron del monasterio su cuartel. Las religiosas tuvieron que refugiarse

en casas particulares. Más tarde, por presiones políticas, se vieron obligadas a ceder el edificio durante más de un año para alojar a los heridos de la guerra. Mientras tanto, nuestras hermanas vivieron en una casa del pueblo.

Actualmente formamos la Comunidad 23 religiosas y nuestro medio fundamental de vida es la elaboración de dulces y empanadas. Cultivamos también la huerta y criamos animales domésticos para autoconsumo. Asimismo, realizamos algunas labores para iglesias necesitadas.

Monasterio de Santa Clara, en Ribadeo (Lugo).

Fritos de manzana

No conocemos ni la autora, ni la fecha en la que este plato se incorporó a nuestro recetario. Actualmente es uno de los más tradicionales del monasterio.


INGREDIENTES para 6 personas:

6 manzanas, más bien maduras
3 huevos
3 cucharadas soperas, de harina
una pizca de sal
1 vasito de leche
azúcar glase

ELABORACION:

Se mondan las manzanas y se cortan en trozos finos. En otro recipiente se prepara una papilla espesa, con la harina y la leche. Se le añaden la sal y las yemas de los huevos. Las claras se baten a punto de nieve y se agregan al resto de la mezcla. Finalmente, se añaden los trozos de manzana, procurando que las claras no bajen demasiado.

Se prepara aceite caliente y, con el auxilio de una cuchara, se va vertiendo la masa en la sartén. Conviene que el aceite no esté demasiado caliente, para que las manzanas se vayan friendo despacio. Cuando los fritos estén completamente dorados, se escurren y se colocan en una fuente.

Pueden servirse calientes o fríos. Se presentan espolvoreados con azúcar glase.  1



Galletas de nata

INGREDIENTES:

1/4 kg. de margarina
1/4 l. de nata líquida y 1/5 l. de aceite
750 grs. de azúcar
1,2 kgs. de harina y 15 grs. de levadura
3 ó 4 huevos enteros

ELABORACION:

Se amasan todos los ingredientes hasta formar una masa más bien blanda. Basta con que esté suficientemente sólida para poder estirla. Se va cortando, con un cortapastas o una copa de brandy, en porciones de un poco más de 1 cm. de grosor. Se colocan bastante separadas en una bandeja de horno. Se pintan con huevo batido, con la ayuda de un pincel. Se espolvorean individualmente con azúcar en grano y se meten al horno a 200°.



Bolla de manzana

INGREDIENTES:

1 trozo de hojaldre, que puede adquirirse congelado
1 kg. de manzana
200 grs. de azúcar
1 huevo batido
azúcar grueso, para espolvorear

ELABORACION:

Se pone a macerar de víspera la manzana, mondada y cortada en trozos finos, con los 200 grs. de azúcar.

Se recubre un molde con hojaldre fino. Sobre él se extiende la manzana escurrida, se cubre con otra capa de hojaldre y se remata alrededor como una empanada. Se unta con huevo batido y se espolvorea con azúcar grueso abundante.

Se mete en la parte baja del horno a 200°, para evitar que se tueste demasiado el azúcar que le cubre. El tiempo de cocción es de 60 minutos aproximadamente. Una vez fría se trocea en raciones.

En el caso de que a los comensales no les convenga tomar azúcar, puede dejarse sin espolvorear este ingrediente para formar la capa superior dulce, antes de meter el hojaldre al horno. El postre seguirá siendo muy sabroso.



Empanadillas fritas

Esta receta sirve para aprovechar las sobras de merluza, carne o pollo de la víspera.

INGREDIENTES:

carne picada o pescado desmenuzado
1 huevo
50 grs. de nata o mantequilla
1 vasito de leche
1 vasito de vino blanco
harina y sal
1 cebolla, perejil, ajo

ELABORACION:

Se hace un refrito con la cebolla tierna, el perejil y el ajo y se le incorporan las sobras que queremos aprovechar. Se hace una masa con el resto de los ingredientes y se le añade harina hasta formar una pasta consistente, que se estira con el rollo. Debe quedar lo más fina posible. Sobre esta masa se va colocando el relleno, con el auxilio de una cuchara, y se van formando las empanadillas. Se cubren con otra capa fina de la misma masa y se cortan con un cortapastas. Se fríen en aceite caliente y, una vez doradas, se escurren bien.



Filetes de pollo

INGREDIENTES para 6 personas:

6 filetes de pollo
6 lonchas de jamón de York
ajo, sal fina, zumo de limón

ELABORACION:

Se machacan los filetes y se ponen en adobo, al menos durante 60 minutos, con ajo, sal fina y zumo de limón. En el centro de cada filete se coloca una loncha de jamón de York, que se recubre con el resto del filete de pollo. Se envuelve en harina o pan rallado y huevo batido. Se fríen despacio, en aceite caliente. Se sirven calientes acompañados de cualquier guarnición.







SALVATIERRA

MONASTERIO DE SAN PEDRO



Nuestro Monasterio de San Pedro se encuentra enclavado en la Villa de Salvatierra, antigua Agurain, en la Llanada Alavesa.

El convento, más conocido como “de las Clarisas” o “Franciscanas”, se halla intramuros de la población, en la Plaza de Santa Clara, junto a la iglesia y a la Plaza de San Juan.

Fundado como beaterio en 1446, fue reconstruido tras el terrible incendio que asoló toda la Villa en 1564. En 1611 el beaterio pasó a ser monasterio de la Orden de Santa Clara.

Durante las diferentes contiendas civiles de finales del S. XVIII y principios del S. XIX, fue transformado en cuartel y hospital militar. En estas ocasiones, las hermanas tuvieron que refugiarse en otras comunidades. A su regreso se encontraron con la difícil y desagradable tarea, de tener que reconstruir nuevamente el edificio para poder habitarlo.

Actualmente formamos la Comunidad 26 hermanas y nuestro medio de subsistencia es la repostería. Contamos además con una pequeña hospedería para quienes quieran realizar retiros espirituales.

Monasterio de San Pedro, en Salvatierra (Alava).



Ochos de las monjas

No es propiamente un plato de cocina. Se trata, más bien, de un dulce casero. Este postre, incluido en nuestro recetario conventual desde hace mucho tiempo, se prepara con motivo de acontecimientos importantes.

INGREDIENTES:

3 huevos
300 grs. de azúcar
5 cucharadas de aceite
1/2 cuartillo escaso de leche
2 copas de anís y anís en grano, molido
2 cucharadas de levadura
harina

ELABORACION:


Se batan bien los huevos y se van agregando, por este orden, el azúcar, el aceite y las dos copas de anís. Después de verter cada ingre-

diente debe batirse bien la mezcla, antes de añadir el siguiente.

Se le echa la harina que admita, poco a poco, sin dejar de batir y se le agrega el anís molido. Se continúa añadiendo harina y, sin dejar de batir, se le incorpora la levadura.

Es muy importante no dejar de batir y no echar la harina de una sola vez, ya que de otro modo, la masa se encogería.

A continuación se cogen pequeñas porciones y se les va dando forma de ochos. Se echan a una sartén con abundante aceite caliente y fuera del fuego. Una vez en la sartén, se pone el fuego al máximo y se frien.

Se sirven en una bandeja y pueden ir acompañados de una buena taza de chocolate, o de un poco de vino dulce, según el momento del día en el que se quieran tomar.  1

Manzanas rellenas

Este plato es típico de Nochebuena, del día de la elección de la Abadesa y de alguna otra festividad. Puede ser considerado como un delicioso broche para la comida o la cena. Es una receta propia de nuestra Comunidad.

INGREDIENTES para 6 personas:

6 manzanas
dátiles
pasas de Málaga
dulce de membrillo
vino de Jerez dulce
mantequilla y nata

ELABORACION:

Se pelan las manzanas, sacándoles el corazón. A continuación se rellenan con el dulce de membrillo, y los dátiles y las pasas de Málaga, previamente troceados y limpios de sus semillas.

Una vez rellenas las manzanas se colocan en una fuente y, encima de cada una de ellas, se pone una bolita de mantequilla. Se riegan con vino de Jerez dulce y se espolvorean con azúcar. Se introducen al horno hasta que se asen. Se sirven en una fuente, adornadas con un copo de nata.







SAN MARTÍN DE DON

MONASTERIO DE SAN MIGUEL ARCÁNGEL



Nuestro Monasterio de San Miguel Arcángel se halla en la Villa de San Martín de Don, en el extremo del Valle de Tobalina de la provincia de Burgos.

Fue fundado a finales del S. XVI por D. Juan Ochoa de Salazar, hijo del pueblo, que fue Obispo de Calahorra y de Plasencia.

Los restos del fundador descansan en el testero del templo, al lado del evangelio, en un sepulcro en arcosolio, con busto orante en piedra y cartela a los pies con leyenda alusiva.

Las fundadoras vinieron del Monasterio de Ntra. Sra. de Rivas de Nofuentes y, como contrapartida, varias monjas del Monasterio de San Martín de Don fundaron el Convento de Santa Clara de Balmaseda (Bizkaia).

Actualmente formamos la Comunidad 11 hermanas. Trabajamos en la confección y lavado de la vestimenta empleada por los operarios de la Central Nuclear de Santa María de Garoña. Además tenemos una hermosa huerta con 100 árboles frutales y cultivamos algunas hortalizas para nuestro sustento.

A la izquierda, acceso al patio interior del Monasterio de San Miguel Arcángel, en San Martín de Don (Burgos). Arriba, panorámica del convento.

Pencas de acelgas rellenas

Es un plato que preparamos durante la temporada en la que disponemos de esta verdura en nuestra huerta.

INGREDIENTES para 6 personas:

acelgas
115 grs. de bonito
5 huevos
24 aceitunas
1 sobre de lonchas de queso
150 grs. de jamón de York
mayonesa
sal, aceite, harina
zanahoria, para decorar

ELABORACION:

Se lavan los tallos de las acelgas y se cortan en 24 trozos de 8 a 10 cms. Se cuecen en agua con sal, y se dejan hervir durante 45 minutos aproximadamente. Se escurren bien.

A continuación se mezcla el bonito con 3 yemas de huevos cocidos, 8 aceitunas muy picaditas y un poco de mayonesa. Se amasa hasta lograr una pasta homogénea. Se coloca una cantidad proporcional del relleno en 12 porciones de la acelga fría y se cubren con los 12 trozos restantes. Seguidamente se pasan por harina y huevo. Se fríen en aceite caliente. Se puede añadir si se desea, mayonesa o cualquier otra salsa. Se adorna con cuarterones de huevos cocidos y unas tiras de zanahoria intercaladas. En el centro se colocan las restantes aceitunas.



Flanes al baño María

Este postre se confecciona con motivo de diferentes festividades, visitas u otros días especiales. Es un dulce conocido, que en nuestra Comunidad tiene el peculiar sabor de Santa Clara.

INGREDIENTES para 5 personas:

5 huevos
1/2 l. de leche
250 grs. de azúcar
1/2 barra de canela

ELABORACION:

En un cazo se ponen 50 grs. de azúcar con una cucharada sopera de agua y se calienta hasta obtener un caramelo claro.

Con él se caramelizan los fondos y los laterales de los moldes para flanes individuales.

En otro cazo se ponen a calentar la leche y la canela partida, se agrega el resto del azúcar y se deja hasta que hierva.

En un recipiente se baten los huevos como para hacer tortilla y se les añade la leche hervida fría, retirando previamente la canela. Se bate todo un poco y se reparte la crema en los moldes.

Se colocan en un recipiente con agua templada - que los cubra bastante sin que entre agua - y se dejan hervir unos minutos al baño María. A continuación se meten al horno hasta que cuajen. Se sacan del molde cuando se hayan enfriado y se sirven.



Huevos rellenos

Es un plato que se elabora muy frecuentemente en nuestra Comunidad. Sobre todo, lo empleamos para obsequiar a quienes nos visitan sin previo aviso, ya que se puede preparar con rapidez.

INGREDIENTES para 6 personas:

9 huevos
115 grs. de bonito
mayonesa
40 aceitunas
3 tomates
1 limón
18 gambas
tomate y limón, para el adorno
firas de pimiento rojo y anchoas en aceite, opcional

ELABORACION:

Se cuecen los huevos y se parten por la mitad. Una vez fríos, se separan las yemas y se reservan 3.

A continuación se mezclan las 6 yemas restantes, el bonito y 12 aceitunas picadas, con un poco de mayonesa y se mezclan bien.

Se rellenan con esta masa las 18 mitades de los huevos, se colocan en una fuente y se vierte sobre ellos la mayonesa hasta que queden cubiertos.

Se adornan en primer lugar con las 3 yemas pasadas por el pasador. Después, en cada mitad de huevo se colocan una aceituna y una gamba. También se pueden adornar los huevos de modo alternativo con tiritas de pimiento rojo y anchoitas en aceite.

Alrededor se colocan las aceitunas restantes y unas rodajas de tomate, con un poco de masa. En el centro se pone el limón en cuarterones y se sirve. **2**



Conejo conventual

INGREDIENTES:

2 conejos de 1,25 kgs. cada uno
1,5 dls. de aceite
1 cebolla mediana, picada
3 dientes de ajo, picados
1 ramita de perejil, picado
2 pimientos rojos de bote, también picados
sal

ELABORACION:

Se trocea, se limpia y se sazona la carne. Se vierte el aceite en una sartén y cuando adquiera

la temperatura adecuada se rehoga la carne y se añaden el resto de los ingredientes.

Se da la vuelta a la carne hasta que se dore, colocándola a continuación en una cazuela. El resto del refrito se pasa por el colador antes de incorporarlo al preparado. Seguidamente se cubre con un buen caldo, se arrima al fuego y se mantiene cociendo suavemente con la tapadera, hasta que esté tierno. Este proceso dura unos 45 minutos aproximadamente.

Se comprueba el punto de sal, se retira del fuego y se sirve.



SANTILLANA DEL MAR

MONASTERIO DE REGINA COELI



*Museo Diocesano en el claustro del Monasterio de Regina Coeli,
en Santillana del Mar (Cantabria).*

Puré de verduras

Nuestro Monasterio de Regina Coeli se encuentra enclavado en la villa medieval de Santillana del Mar, Monumento Nacional, en Cantabria.

Fue fundado por los PP. Dominicos en el S. XVI y ubicado inicialmente en Santander con el nombre de Convento de Santa Clara. Actualmente este edificio es Instituto de Enseñanzas Medias.

Durante la Guerra de la Independencia las religiosas se vieron obligadas a abandonarlo y en la Primera Guerra Carlista, tuvieron que dejarlo definitivamente. El Señor Obispo de la Diócesis les concedió el de Regina Coeli, en Santillana del Mar, al que se trasladaron en 1836.

Durante la Guerra Civil el monasterio se utilizó como cárcel, uso que ocasionó graves daños a la arquitectura del edificio.

En 1961, después de realizarse obras de mejora y acondicionamiento, los claustros se abrieron por primera vez al público. Durante la década de los 60, albergaron diversas exposiciones culturales.

En 1967 se creó el Museo Diocesano de Arte Religioso y en 1970, como consecuencia de las directrices del Concilio Vaticano II, se procedió al cierre del Colegio de Enseñanza Primaria que la Comunidad dirigía desde 1936. En su lugar se inauguró el Taller Diocesano de Restauración de Obras de Arte y el Archivo Diocesano Documental.

Actualmente integramos la Comunidad 20 hermanas, 1 novicia y 2 postulantes. Nuestro medio de vida es el trabajo en el Taller de Restauración y en el Archivo, así como el cultivo de la huerta y el cuidado de animales domésticos.

Esta receta del repertorio culinario del monasterio es creación de Sor Emilia Sierra.

INGREDIENTES:

acelgas
zanahorias
puerros
200 grs. de lentejas
1 cebolla mediana
ajo y perejil
1 trozo de pan tostado
1 hueso de vaca
1 pastilla de caldo de carne concentrado
1 calabacín pequeño y espinacas
patatas, aceite y sal

ELABORACION:

Se pone a calentar agua abundante y se echan las acelgas limpias, con las zanahorias. Se agregan además el huevo, la pastilla de caldo de carne y el aceite. Se dejan cocer durante 30 minutos.

Pasado este tiempo se añaden las lentejas, los puerros, las patatas, el perejil, el ajo, las espinacas, el calabacín y el pan. Se cuece todo bien durante una hora aproximadamente. Se sazona de sal y se hace el puré.



Tableta

INGREDIENTES:

Huevos
harina
azúcar
mantequilla

ELABORACION:

Se pesan 6 huevos o los que se deseen. El peso de los huevos debe ser el mismo que el del azúcar. La mitad del peso de los huevos corresponde al peso de la harina.

Se batan los huevos, el azúcar y la harina. Cuando estén perfectamente batidos, se vierte la masa en un molde previamente untado de mantequilla y se mete al horno.



Buñuelos de gallina

Esta receta es creación de Sor Inés García.

INGREDIENTES:

1/2 gallina
6 huevos
aceite
sal
salsa rubia

ELABORACION:

Se cuece la gallina y se desmiga bien, separando la carne de los huesos. Se baten los huevos y se mezclan con la gallina desmigada. Se sazona con sal. Se vierte el aceite en una sartén y, una vez caliente, se echa a cucharaditas la gallina desmigada mezclada con los huevos. Se sacan los buñuelos con una espumadera y se reservan en una cazuela.

Se elabora una salsa rubia y se vierte sobre los buñuelos.

Se sirven calientes.





SIGÜENZA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara y la iglesia conocida con el nombre de Ntra. Sra. de los Huertos, están situados en Sigüenza, ciudad medieval al norte de la provincia de Guadalajara.

Fue fundado en el S. XVI por las hermanas Dña. Catalina y Dña. María, hijas de D. Diego de Villanuño, servidor del Cardenal Mendoza, que vino a Sigüenza hacia el año 1470.





Estas dos jóvenes vivían con sus padres, retiradas del mundo y dando testimonio de vida cristiana. Al morir sus progenitores, concibieron la idea de transformar su propia casa en convento. El Papa Adriano VI aprobó el proyecto y dispuso que fuera de Beatas de la Tercera Orden de San Francisco.

A principios del S. XX la Comunidad abrazó la Regla de Urbano IV para las Clarisas y en 1969 pasó a la Primera Regla de Santa Clara.

En la Guerra Civil, la Comunidad se vió obligada a abandonar el monasterio, que fue totalmente destruido. Una vez terminada la contienda, las monjas se vieron obligadas a construir uno nuevo, en el terreno cedido para este fin por los canónigos, junto con la bella iglesia gótica conocida con el nombre de Ntra. Sra. de los Huertos.

Actualmente formamos la Comunidad 22 hermanas. Como medio de vida nos dedicamos a la elaboración de bordados, especialmente litúrgicos, como casullas, albas y manteles de iglesia. También confeccionamos vestidos y accesorios de novia, y contamos con un taller de encuadernación. Además, cultivamos una pequeña huerta para autoconsumo.

*En la página anterior,
Monasterio
de Santa Clara,
en Sigüenza
(Guadalajara).
En esta página,
detalle ornamental
de su iglesia.*

3 huevos, 28 tortillas

Arroz con leche

Se trata de un plato práctico y económico. Lo utilizamos para aprovechar las sobras de carne o de pescado de la víspera. También puede emplearse atún o bonito en escabeche.

Se viene cocinando en nuestro monasterio desde el año 1960, fecha en la que lo introdujo una novicia con habilidades culinarias.

INGREDIENTES:

2 l. de leche
3 huevos
tomate, cebolla
atún o bonito en escabeche o,
sobras de carne o pescado
sal y harina

ELABORACION:

Se diluye una pequeña cantidad de harina en 2 litros de leche. Se añaden 3 huevos batidos, se mezcla todo y se sazona de sal. Tiene que resultar una pasta finísima, casi líquida.

Se pone la sartén al fuego con una cucharada de aceite. Cuando esté muy caliente se retira el aceite y se vierte en otro recipiente. A continuación se echa en la sartén un cucharón de la pasta que habíamos preparado previamente.

Se extiende y se coloca unos segundos al fuego, hasta que cuaje una capa fina, con el grosor de una hoja de papel.

Se saca de la sartén y se deposita sobre mármol. Se deja enfriar.

Una vez fría se envuelve el relleno con la lámina que habíamos dejado sobre el mármol. Resulta así una especie de tortilla, que se reboza en la misma salsa y en pan rallado. Por último se fríe.

El relleno puede hacerse a base de un picadito de tomate, cebolla y atún o bonito en escabeche, o en su defecto, se puede elaborar con la carne o el pescado que haya sobrado del día anterior.



Este plato, tradicional en nuestro convento, se reserva para los días de fiesta. Se trata de una de las recetas más antiguas que se conocen en el monasterio. Ha sido transmitida de unas hermanas a otras, de generación en generación. Es un postre exquisito, casero y asequible a nuestra economía.

INGREDIENTES:

1 l. de agua
1 l. de leche
300 grs. de azúcar
300 grs. de arroz
unas cortezas de limón

ELABORACION:

Se echan en una cacerola el agua, la leche y el arroz y se coloca al fuego. Cuando la leche comience a hervir, se añaden el azúcar y las cortezas de limón y se le da vueltas hasta que el arroz esté hecho. En ese momento se retira del fuego e inmediatamente se vierte en una fuente.

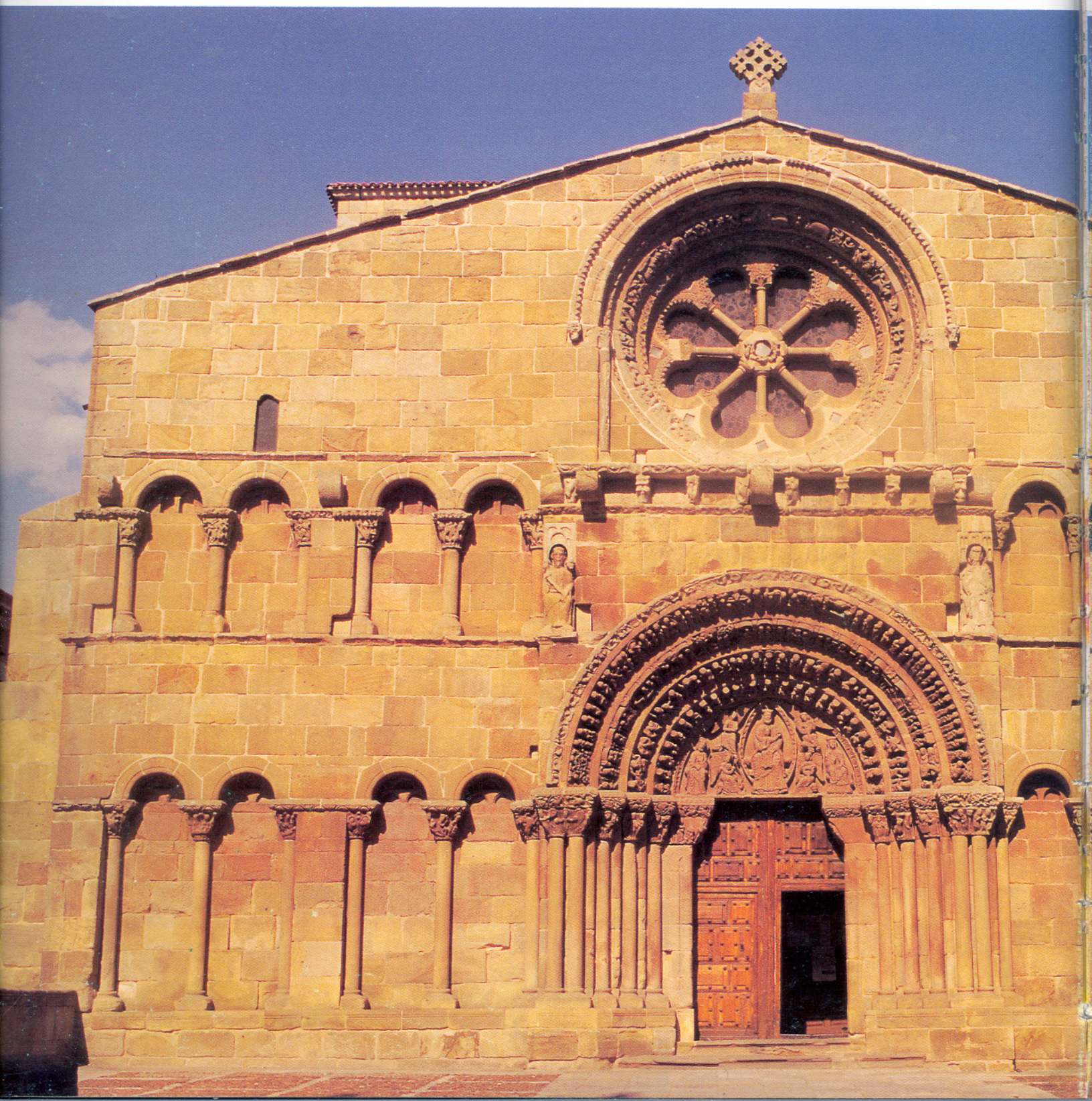
Se deja enfriar y está listo para servir.

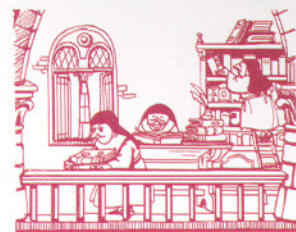




SORIA

MONASTERIO DE SANTA CLARA





Monasterio de Santa Clara, en Soria.



El carisma franciscano iniciado en Asís en el S. XIII por nuestros Padres San Francisco y Santa Clara germinó en Soria - según un documento conservado en el archivo de nuestra Comunidad - el 15 de julio de 1286. El Concejo de Soria concedió "la facultad para que las Dueñas de Santa Clara hicieran Monasterio en esta ciudad".

El emplazamiento del primer edificio no se conoce exactamente. En 1676 se construyó, en la calle Caballeros, un convento para 60 religiosas que fue restaurado en el S. XVIII.

En 1834, con motivo de la Guerra Carlista, las autoridades militares ocuparon el Monasterio de Santa Clara. Las hermanas desalojaron el edificio en un plazo de 48 horas, mudándose a una casa cedida por el Marqués de Alcántara. Allí vivieron tres años, hasta que se trasladaron de nuevo al Palacio de los Ríos, donde convivieron con las Hnas. Concepcionistas Franciscanas. En 1853 el Obispo de la Diócesis concedió a las Clarisas el antiguo Convento de los PP. Dominicos, joya del románico español, que el poeta García del Valle llamó inspiradamente "Retablo Mayor de Castilla".

En 1941 comenzó una nueva etapa para la Comunidad, al ser elegida Abadesa del Monasterio, Sor Clara de la Concepción Sánchez García, una mujer dotada por Dios de un carisma y espíritu especiales. Su proceso diocesano de canonización ha sido felizmente concluido. Trabajó incansablemente por vivir el Santo Evangelio a tenor de la Primera Regla escrita por Santa Clara, que se profesó el día 24 de mayo de 1953. Las monjas comenzaron a vivir al día, de su trabajo y de la limosna.

Recientemente Dios nos concedió la gracia de llevar a cabo la fundación de la primera Comunidad contemplativa en la nación africana de Zimbawe. En febrero de 1985 partieron para este país 4 de nuestras hermanas, haciendo realidad el ideal misionero propio de la espiritualidad franciscana.

Actualmente formamos la Comunidad 51 hermanas de las que 43 residen en Soria, 8 en el Convento filial de Medinaceli y una en el Convento de Molina de Aragón.

En el transcurso de los últimos años hemos realizado diversas actividades laborales. Hoy en día vivimos de la repostería y de otras labores artesanas.

Tarta de queso

Se trata de un plato típico de la región que no es original de nuestro monasterio.

INGREDIENTES:

3 huevos
500 grs. de queso blando de Burgos
10 cucharadas soperas de azúcar
1 cucharada de harina de maíz

ELABORACION:

Se baten bien los huevos y el azúcar, y se agrega el queso de Burgos, previamente cortado en trozos muy pequeños o pasado por la batidora. Se bate todo bien. A esta masa se le añade la harina de maíz y una vez bien deshecha, se vierte el preparado en un molde, previamente untado de mantequilla.

Se mete al horno.



Roscas huecos

Se trata de un plato de gran tradición en nuestro monasterio, con el que obsequiamos a visitantes y bienhechores.

INGREDIENTES:

1/4 l. de aceite de girasol
1/3 l. de agua
350 grs. de harina
10 huevos y azúcar
nata, crema o mermelada, para el relleno

ELABORACION:

Se vierten el agua y el aceite en una cacerola, que se coloca al fuego hasta que hierva. Entonces se retira y se echa toda la harina. Se coloca de nuevo al fuego y se va removiendo la masa con una paleta de madera. Hay que procurar que no se pegue a la cacerola. Una vez

retirada del fuego, se van echando los huevos uno a uno, dando vueltas con la paleta hasta conseguir una masa uniforme.

Con una cuchara, se va colocando la masa en montoncitos irregulares sobre la bandeja, que se meterá al horno.

Una vez sacados del horno, se dejan enfriar, se mojan con agua azucarada y se envuelven en azúcar.

También pueden rellenarse de nata, crema o mermelada.





2

Conejo en salsa de tomate y jamón

Se desconoce la fecha en la que este plato fue introducido en nuestro monasterio. Se prepara en las grandes solemnidades.

INGREDIENTES:

1 conejo de 2 kgs.
150 grs. de jamón picado
1 ó 2 cebollas
4 tomates maduros
laurel, perejil, sal, pimienta y harina
vino blanco
especias, al gusto

ELABORACION:

Se rehoga el conejo - partido en trozos -, hasta que se dore, agregando una cucharada de harina para que adquiera color.

A continuación, se cubre con agua tibia o caldo y un poco de vino blanco. Se añaden el laurel y el perejil y se deja cocer hasta que el conejo quede tierno. Se confecciona una salsa con el jamón picado, las cebollas también picadas y los tomates troceados y despepitados. Se agregan a esta salsa las especias a gusto de los comensales - canela, pimentón, azafrán... - y se pasa por el colador chino. Se vierte la salsa sobre el conejo y se sirve caliente.

 2

Tarta de almendra

Se trata de un postre tradicional de nuestra casa, que elaboramos con ocasión de determinadas festividades.

INGREDIENTES:

5 huevos
300 grs. de azúcar y 300 grs. de almendra

ELABORACION:

Se baten los huevos y se echa, poco a poco, el azúcar mezclándolo bien, hasta que se deshaga. Se añade la almendra y se bate un poco más, hasta conseguir una masa uniforme.

Se vierte en un molde previamente untado de mantequilla y se mete al horno.



TUDELA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra a orillas del río Ebro, en Tudela, capital de la Ribera de Navarra.

Fue fundado el año 1261 por 4 religiosas procedentes del Monasterio de Santa Clara de Valladolid, lideradas por María, de quien dice la tradición que fue compañera de Santa Clara. Esta circunstancia es perfectamente razonable, ya que el monasterio de donde procedía fue fundado en vida de la Santa Madre.

En el archivo del monasterio se conservan 3 Bulas de Alejandro IV, dirigidas al Rey Teobaldo II, al Obispo de Tarazona, - a cuya diócesis pertenecía Tudela hasta época muy reciente - y al Concejo de Tudela, instándoles a apoyar esta fundación. El citado Rey de Navarra y sus sucesores favorecie-

ron en su tiempo a nuestras antecesoras.

Nuestras hermanas permanecieron durante 108 años en su primitivo emplazamiento extramuros de la ciudad, hasta que Carlos II mandó destruir el monasterio a causa de los conflictos bélicos que sostenía con Castilla. A cambio, cedió unas casas ubicadas en el interior de la ciudad. Allí vivieron nuestras antepasadas hasta el año 1618, en el que regresaron al primitivo monasterio una vez reedificado.

El S. XIX fue particularmente aciago para la Comunidad, ya que a causa de las invasiones francesas tuvieron que abandonar el monasterio en dos ocasiones, refugiándose en otros conventos. Durante la Primera Guerra Carlista en 1874, el edificio fue requisado de nuevo. Las religiosas se vieron obligadas a

*Patio interior del Monasterio de Santa Clara,
en Tudela (Navarra).*

vivir en la parte más alta del monasterio, subsistiendo en condiciones penosísimas.

El recinto fue quedando, con el transcurso de los años, en la zona más céntrica de Tudela. Debido a las dificultades que presentaba su restauración, se construyó otro de nueva planta en un lugar un poco más apartado. El traslado de las religiosas se efectuó el día 18 de diciembre de 1971.

Durante varios años profesamos la Regla de Urbano IV, hasta que en agosto de 1992 pasamos a la Primera Regla de Santa Clara.

Actualmente formamos la Comunidad 7 hermanas. Nuestro principal medio de subsistencia es el bordado y la elaboración de formas para la celebración de la Eucaristía.

Pasteles de patas de cerdo o ternera

Desconocemos el origen de este plato, así como la persona que lo introdujo en nuestro monasterio. Puede elaborarse en cualquier época del año.


INGREDIENTES:

1 pata de cerdo
1 ó 2 huevos
3 cucharadas de harina
azúcar

ELABORACION:

Se cuece bien la pata de cerdo, se deshuesa y se pica en trocitos bastante menudos. A continuación se mezcla con la harina y con los huevos batidos.

Se prepara una sartén con aceite, y cuando esté caliente, se cogen pequeñas porciones de pasta con una espumadera y se fríen, cuidando que no queden demasiado gruesas.

Se espolvorean con azúcar y se echa un poco del caldo de su propia cocción, para que resulten más jugosas. Se sirven calientes.  1



Manjar de las clarisas

Se trata de un plato tradicional de este monasterio. Desconocemos la fecha exacta en la que se introdujo en nuestro recetario conventual.


INGREDIENTES:

1 l. de leche
150 grs. de harina de arroz
200 grs. de azúcar
1/4 de palo de canela

ELABORACION:

Se disuelven la harina y el azúcar en 1/4 litro de leche fría, en el mismo cazo donde se pondrán a hervir. Cuando la mezcla se haya disuelto bien, se agrega el resto de la leche. Se hierve la canela en 1/4 litro de agua. Una vez retirado el palo de la canela, se vierte el agua a la leche.

Se coloca al fuego sin dejar de remover con una espátula de madera, para que no se pegue al fondo.

Cuando la harina esté bien hervida y cocida, se vierte la crema sobre una fuente seca, elevando el cazo para que el vapor no baje al fondo y la pasta no se pegue. Se deja enfriar. En función de la consistencia de la crema, puede presentarse en un único recipiente o cortada en porciones.  2



Alcachofas de Tudela en salsa

Se trata de una receta típica del lugar, que elaboramos con la calidad de nuestras propias verduras.

INGREDIENTES:

12 alcachofas
1 cebolla de regular tamaño
6 dientes de ajo
50 grs. de jamón o panceta
2 cucharadas soperas, de harina

ELABORACION:

Se limpian bien las alcachofas, se les quitan las hojas verdes, y se cortan las puntas. Se van echando en un recipiente con agua. Una vez

terminada su limpieza, se cambia el agua para que no se pongan negras.

Se prepara una olla con agua y, cuando hierva, se van echando las alcachofas. Hay que procurar no depositarlas todas al mismo tiempo, para que el agua no deje de hervir. También hay que cuidar que no hiervan muy fuerte para que no se deshagan.

Mientras tanto, se fríen la cebolla, los ajos y el jamón con un poco del caldo de la cocción de las alcachofas. Cuando esté todo dorado, se añade la harina fuera del fuego y se echa todo el preparado sobre las alcachofas ya cocidas y escurridas.

Se sirven calientes





VALLADOLID

MONASTERIO DE LAS DESCALZAS REALES



Nuestro Monasterio de Las Descalzas Reales se encuentra en Valladolid, capital de España en tiempos de Felipe III y sede del enlace matrimonial de los Reyes Católicos.

Fue fundado inicialmente en las posesiones de los Condes de Osorno, en Villasirga (Palencia) hacia el año 1544. Las primeras religiosas que vivieron en el convento fueron Franciscanas Clarisas, procedentes del Monasterio de la Madre de Dios de Lisboa.

A los pocos años fue trasladado a Valladolid por los citados Condes, que quisieron edificar un nuevo monasterio bajo su Patronato. Al venir las Cortes a Valladolid fueron los reyes Felipe III y Margarita de Austria quienes edificaron el actual

monasterio, que está frente al Palacio de los Viveros, lugar en donde se casaron los Reyes Católicos. Su traza es de Francisco de Mora, arquitecto del Rey, pero fue edificado por Diego de Praves, Maestro Mayor de las obras de Castilla la Vieja.

La fachada de la iglesia tiene una hornacina y en ella la imagen de la Asunción con tres ángeles, obra de Gregorio Fernández. A los lados, dos escudos reales y en el interior un gran retablo y altares laterales con excelentes pinturas de diversos autores, entre los que destaca Donato Mascagni, discípulo de Ligozi.

Actualmente formamos la Comunidad 13 hermanas y nuestro medio de subsistencia es el trabajo de lavandería.

*Refectorio del Monasterio de Las Descalzas Reales,
en Valladolid.*

Bocados reales

Se trata de un plato de gran tradición con el que nuestras antepasadas obsequiaban a los Reyes que acudían con frecuencia a visitar el monasterio.

INGREDIENTES:

1 kg. de almendras peladas y molidas
1,5 l. de agua
1 kg. de azúcar
dulce seco de limón, elaborado con cáscaras de limón cocidas y pasadas por el pasapurés, o un poco de esencia de limón
1 kg. de bizcochos redondos y guindas

ELABORACION:

Se vierten en un recipiente el agua y el azúcar, hasta que hiervan. Se agregan la almendra molida y el limón hasta conseguir una masa espesita.

Se deja enfriar y, antes de que se enfríe del todo, se va colocando en los bizcochos. Se sostiene el bizcocho con la mano izquierda y con la derecha, se reparte con suavidad la masa de almendra por todo el bizcocho, con una cuchara de madera.

Se adorna con una guinda en el centro.  1

Cañas

Se trata de una receta que se elabora en nuestra casa desde tiempo inmemorial.

INGREDIENTES:

Para las "cañas":

1 taza de aceite
1 vaso de vino blanco
harina
azúcar y sal

Para el relleno:

1 l. de leche
3 yemas de huevo
3 cucharadas de harina
azúcar y canela
mantequilla

ELABORACION:

De las "cañas":

Se fríe el aceite y se deja enfriar, mezclándolo con el vino blanco. Se sazona de sal y se va removiendo lentamente mientras se añade a la mezcla la harina necesaria, para que quede una masa uniforme que no se pegue en las manos. Debe cuidarse que la masa no resulte demasiado dura, para que pueda manejarse

bien. Se extiende la masa sobre cañas de aproximadamente 8 cms. de longitud, de tal forma que queden totalmente cubiertas, salvo en uno de sus extremos, que es por donde se extraen las cañas una vez fritas.

Se frien en abundante aceite donde previamente se habrá introducido un trozo de pan para eliminar su posible exceso de acidez. Una vez fritas se dejan enfriar y se sacan las cañas.

Del relleno:

Se baten las yemas con un poco de leche y se ponen al fuego. Se va añadiendo poco a poco la harina sin dejar de revolver. Se vierte más leche en la cazuela y se vuelve a acercar al fuego.

Cuando adquiera un espesor similar al de la crema pastelera, se saca del fuego y se deposita en una fuente para que se enfríe. Cuando esté fría se rellenan las cañas.

Es conveniente preparar de víspera tanto las cañas como el relleno, pero la operación de rellenado hay que hacerla en el momento de servir. Con las cantidades indicadas en esta receta se pueden obtener dos docenas de cañas aproximadamente.







VALLADOLID

MONASTERIO DE SANTA ISABEL



Nuestro Monasterio de Santa Isabel se encuentra ubicado en Valladolid, ciudad bañada por los ríos Pisuegra y Esgueva.

El convento ha pasado por tres etapas diferentes en sus más de 500 años de existencia. En su origen fue un beaterio fundado en 1472 por la Venerable Dña. Juana de Hermosilla y su sobrina la Beata Beatriz, cuya festividad se celebra el 2 de marzo.

En 1630 se vieron obligadas a elegir una Regla a la que acomodar sus vidas. Las beatas se adscribieron a la Tercera Regla de San Francisco, nominando a Santa Isabel como titular del convento.

En 1933, toda la Comunidad votó favora-





*Hermana del Monasterio de Santa Isabel,
de Valladolid, en la biblioteca conventual.*



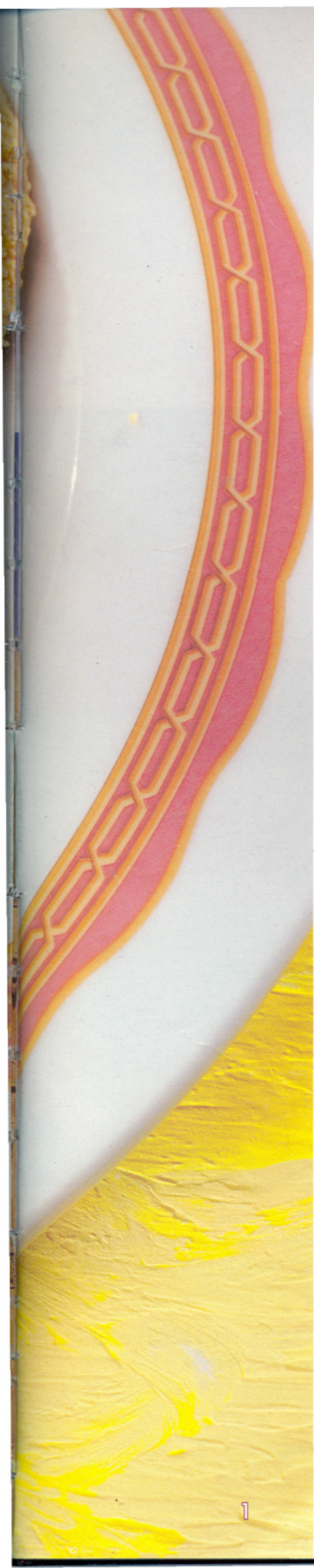
blemente su adhesión a la Regla de Urbano IV para las Clarisas. Años más tarde, en 1969, las religiosas profesamos definitivamente la Regla de Santa Clara.

Formamos actualmente la Comunidad 12 profesas solemnes, 1 novicia y 2 postulantes.

Nuestro principal medio de vida es la repostería en la que trabaja toda la Comunidad.

Nuestros productos son muy apreciados en toda la comarca debido a su elaboración artesanal. Tenemos además una hospedería abierta para los que quieran pasar con nosotras unos días de silencio y oración .





Pastas Isabeles

La tradición del convento dice que estas pastas son originarias de Salamanca, donde se les conoce con el nombre - con perdón - de "Pedorrillos de Salamanca". Probablemente la receta fue incorporada a nuestro monasterio por alguna religiosa oriunda de aquella tierra.

INGREDIENTES:

1/2 kg. de manteca de cerdo
1/2 kg. de azúcar
1 kg. de harina
3 huevos
unas gotitas de esencia de limón
unas gotitas de esencia de vainilla
1 cucharadita de canela en polvo
de 50 a 100 grs. de almendras tostadas y trituradas

ELABORACION:

Se amasa ligeramente la manteca y se van añadiendo los huevos poco a poco. De los 3 huevos, 1 entero y 2 yemas.

Cuando estén bien mezclados se añaden las esencias, la canela, la almendra, la harina y el azúcar. Una vez conseguida una masa homogénea, se extiende del grosor que se desee. Se corta de la forma que se prefiera. Se untan las porciones con clara de huevo y se meten al horno, previamente calentado a temperatura alta, durante 20 ó 30 minutos. Cuando estén doraditas se pueden servir.



Canutos rellenos de crema

Este postre se introdujo en nuestro recetario conventual a comienzos de siglo. Se trata de un plato casero, tan vinculado a nuestro convento que se conoce en Valladolid con el nombre de "Canutillos de las monjas".

INGREDIENTES:

1 l. de agua
100 grs. de margarina
1 vasito - unos 25 cm³. - de aceite de girasol
1 vasito - unos 25 cm³. - de aceite de oliva
1/2 cucharadita de sal
harina y un palo de caña
crema, chocolate, nata o mermelada, para el relleno

ELABORACION:

Se amasa todo junto y se añade a la mezcla la harina que admita. Se extiende la masa de manera que quede fina. A continuación se corta en tiritas, que se enrollan en el palo de caña.

Mientras tanto, se habrá puesto a calentar la sartén con bastante aceite. Cuando esté bien caliente se introduce el palo con la tira de masa y se fríe durante un rato, procurando separar la tira con cuidado.

Una vez que el canuto sea consistente, se deja freír hasta que se dore.

Finalmente se rellena con crema, chocolate, nata o mermelada.



VILASACRA

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Nuestro Monasterio de Santa Clara está situado en plena comarca de l'Alt Empordà, a menos de 10 kms. del Mediterráneo, en la misma bahía de Roses, en Vilasacra provincia de Girona.

Muy próximas se encuentran las Villas medievales de Peralada y Castelló d'Empúries.

La sierra de l'Albera y los "aiguamolls" son su entorno natural, de gran riqueza ecológica. El monasterio recibe los típicos vientos de la zona, la marinada y la tramontana.

El edificio es moderno debido al traslado de las hermanas del antiguo convento y escuela que hubo en Figueras.

Oratorio del Monasterio de Santa Clara, en Vilasacra (Girona).



Buñuelos a la ampurdanesa

Es un postre típico y tradicional de nuestra comarca.

Se elabora en Semana Santa. La tradición de muchos hogares dice que la pasta ha de amasarse el Miércoles Santo y freir los buñuelos el Jueves Santo.

INGREDIENTES:

400 grs. de harina
50 grs. de mantequilla y 50 grs. de azúcar
15 grs. de levadura prensada
200 grs. de azúcar granulado
3 huevos
1 copita de aguardiente de hierbas
1 limón y 1 vaso de leche
15 grs. de anís en hierba
aceite abundante

ELABORACION:

En un recipiente se pone la levadura, para que se deshaga, en un poco de leche a temperatura ambiente. Después se añaden 200 grs. de harina. Se amasa muy bien hasta que se forme una bola.

Se deja en reposo en un lugar con la temperatura adecuada para que crezca la masa al fermentar la levadura.

Mientras tanto se cuece el anís en hierba en un decilitro de agua, durante 5 minutos.

En un recipiente grande se ponen la harina, los huevos, el azúcar, la mantequilla derretida, el aguardiente de hierbas y un trozo de corteza de limón rallada. Al poco rato se añaden el líquido de anís hervido y colado y la pasta de la levadura.

Se trabaja la masa con todos los elementos hasta que se convierta en una pasta muy fina. Se tapa el recipiente con un trapo limpio y se deja en reposo durante 8 ó 9 horas.

Se coloca la pasta encima de un mármol enharinado, se corta en trozos iguales y se empolvan de nuevo con harina.

Con cada trozo de pasta se preparan unas tiras de un dedo de grosor y 8 cms. de longitud. Se junta cada tira por las dos puntas y se les da forma ovalada.

Se fríen en una sartén con aceite hirviendo en abundancia. Cuando estén fritos se sacan a un recipiente y se empolvan con el azúcar granulado. Pueden servirse calientes o fríos.

Mató

Se trata de un postre legado por nuestras antepasadas, que elaboramos para obsequiar a los amigos del monasterio. Además lo cocinamos con motivo de los aniversarios de cada una de las hermanas que formamos la Comunidad.

INGREDIENTES:

1 l. de leche
100 grs. de harina
300 grs. de azúcar
canela en rama
una pizca de sal
ralladura de limón

ELABORACION:

Se ponen al fuego la leche con la canela, el azúcar y la ralladura de limón.

Se vierte toda la harina en un poco de leche fría, previamente separada del litro, y se disuelve removiendo continuamente.

Cuando la leche comience a hervir se vierte la harina desleída y se deja durante 5 ó 6 minutos.

Se quita la canela en rama y se vierte la mezcla en un molde acaramelado. Se sirve frío.

Un postre típico de la cocina catalana, y ampurdanesa en particular, llamado "mel i mató", consiste simplemente en añadir miel al mató o requesón.





VILLAFRANCA DEL BIERZO

MONASTERIO DE LA ANUNCIADA



*Patio interior del Monasterio de La Anunciada,
en Villafranca del Bierzo (León).*

Nuestro Monasterio de La Anunciada se encuentra en Villafranca del Bierzo, pintoresca población leonesa del S. XI, situada en una fértil vega en la confluencia de los ríos Burbia y Valcárcel.

El monasterio fue fundado en 1606 por el Marqués de Villafranca, D. Pedro de Toledo y Osorio, para su hija Dña. María de Toledo y Mendoza. La iglesia, consagrada como las catedrales, data de 1655 y es de estilo barroco-italiano. En su interior se venera el cuerpo del insigne Doctor de la Iglesia San Lorenzo de Brindis, religioso capuchino fallecido en Lisboa en 1619, cuando se hallaba realizando funciones de embajador ante Felipe III. Recientemente la iglesia ha sido restaurada con ayuda de la Junta de Castilla y León, tras descubrirse en sus bóvedas sendos esgrafiados de los S. XVII y XVIII.

El monasterio carece de valor artístico y ha sufrido grandes daños como consecuencia de la Guerra Napoleónica y otros acontecimientos históricos.

El edificio ya existía en la Edad Media como hospital de peregrinos dedicado al "Señor Santiago", y en él se hospedó San Francisco de Asís a su paso hacia Compostela. En la actualidad está restaurado y tiene capacidad para 35 religiosas.

Disponemos de una amplia huerta, que cultivamos las propias monjas y de cuyos frutos nos abastecemos durante todo el año. También tenemos una pequeña granja de animales domésticos que incluye al "Hermano Loby", un apuesto perro pastor alemán, segundo que entró a formar parte de nuestra fauna monástica a partir de los años 1973-74, como consecuencia del repetido asalto de la clausura practicado por un maníaco.

Actualmente formamos la Comunidad 15 religiosas. Nuestro medio de vida es un trabajo - esporádicamente - de confección, que alternamos con la elaboración de bordados a mano.



Caldo de calabaza

Este plato tiene las mismas características que el "caldo gallego", con la única variante de que la berza se sustituye por calabaza. Desconocemos la fecha en la que entró a formar parte de nuestro recetario conventual, aunque suponemos que se trata de un "invento" monjil motivado, tal vez, por el descubrimiento de las propiedades dietéticas de la calabaza.

INGREDIENTES:

1 punta de jamón o bacon
1 trozo de tocino
1 tazón de judías, puestas a remojo desde la víspera
6 patatas enteras
1 calabaza mediana
1 chorizo o pimentón
un poco de manteca de cerdo y sal

ELABORACION:

Se ponen a cocer las patatas, las judías, la calabaza pelada en trocitos, el jamón, el chorizo y el tocino, en unos 2 litros de agua hirviendo.

Cuando esté todo cocido, se derrite en la sartén la manteca de cerdo, se le añade el pimentón - en el caso de que no se haya empleado chorizo - y se agrega el caldo. Se sazona de sal y se deja reposar unos minutos para que adquiera consistencia y gusto antes de servirlo.

Con este caldo se puede confeccionar un exquisito puré.



Sequillos

Se trata de un plato típico de Navidad, pero que puede hacerse en cualquier época del año. En nuestro monasterio se viene elaborando desde tiempo inmemorial con la matanza del cerdo, cuando la manteca está recién hecha y antes de que se ponga rancia.

INGREDIENTES:

125 grs. de manteca de cerdo
125 grs. de azúcar
2 copitas de vino blanco
2 copitas de aguardiente
500 grs. de harina
un poco de canela y azúcar glace

ELABORACION:

Se bate la manteca hasta que quede bien disuelta. Sin dejar de batir, se van añadiendo muy lentamente el vino, el aguardiente y el azúcar. Se agregan la harina y la canela hasta formar una pasta blanda. Se extiende la masa con el rodillo y se corta con un molde formando galletas gruesas y pequeñas. Se meten al horno.

Una vez doradas se sacan y se espolvorean de azúcar glace.



1



VILLAVERDE DE PONTONES

MONASTERIO DE LA SANTA CRUZ



Nuestro Monasterio de La Santa Cruz se encuentra en Villaverde de Pontones, pequeño pueblo de Cantabria, perteneciente al Municipio y Ayuntamiento de Ribamontón del

Monte. La fundadora del convento fue Dña. María de Oquendo, hija del Almirante D. Miguel de Oquendo y de Dña. María Zondategui. En principio dudó entre fundar un monasterio en



*Monasterio de La Santa Cruz,
en Villaverde de Pontones (Cantabria).*



Gipuzkoa, donde nació y se crió, o en Cantabria. Se decidió por esta última, y el 19 de setiembre de 1635 obtuvo la licencia de la Corte. La fundación tuvo lugar el 6 de noviembre de 1656.

Se habían cumplido ya 12 años desde la muerte de Dña. María de Oquendo, pero la obra pudo seguir adelante a pesar de las graves dificultades que encontró en su devenir. Las primeras religiosas fueron 6 hermanas del Convento de San Juan del Monte Calvario de Escalante (Cantabria).

A comienzos del S. XX, probablemente a causa de la Guerra de la Independencia, la Comunidad tuvo que abandonar el convento. En 1809 nuestras antepasadas residían en Mogro, hasta que en 1835 fueron expulsadas una vez más. El Sr. Obispo de la Diócesis ofreció a las religiosas el Monasterio de Regina Coeli en Santillana del Mar, pero las hermanas prefirieron acogerse al de Santa Clara, ubicado en la ciudad de Santander. Poco les duró el consuelo, ya que el 1 de enero de 1836, ambas Comunidades fueron obligadas a desalojar el edificio y, despojadas de todas sus posesiones, marcharon a Santillana del Mar.

Formaban la Comunidad 15 hermanas, que permanecieron en Santillana durante 82 años, hasta que decidieron trasladarse a Villaverde de Pontones. El día 2 de junio de 1918 ocuparon en dicha Villa un convento, legado al Obispado en 1861 por los Srs. Mazarrase. Allí se vieron condicionadas a impartir enseñanza gratuita, actividad que se mantuvo hasta 1970.

En la Guerra Civil, el Presidente del Frente Popular conminó a nuestras 15 antecesoras a que abandonaran el convento. Salieron a las 11 de la mañana del 12 de setiembre de 1936 y regresaron al monasterio el 24 de enero de 1938.

En 1971 se comenzó a realizar una profunda restauración del edificio, derribando todo lo que amenazaba ruina a causa de las termitas. Quedó en pie la capilla, que fue rehabilitada, conservando su arquitectura particular.

Actualmente formamos la Comunidad 14 hermanas que trabajamos en la confección. Recientemente hemos instalado un taller de encuadernación, para lo que 2 de nuestras religiosas fueron a aprender al convento de nuestras hermanas en León. Cultivamos también la huerta pero sólo para nuestro propio consumo. Como es muy grande, hemos utilizado una parte para pasto de un pequeño rebaño de ovejas, que nos mantiene el prado limpio de maleza. De vez en cuando aprovechamos las ovejas para carne y para cumplir con nuestros bienhechores.

Quesada pasiega

Se trata de un plato muy típico de la región.

INGREDIENTES:

1 taza de leche
1 taza de harina
1 taza de azúcar
2 huevos
2 yogures y 3 quesitos
75 grs. de mantequilla
levadura

ELABORACION:

Se mezcla todo bien excepto los huevos, que se baten aparte y se agregan al final, antes de introducir la mezcla al horno, previamente calentado a temperatura máxima.

Se deposita la masa en un recipiente. Cuando vaya a meterse al horno, se baja la temperatura a la mitad y se saca cuando esté bien dorada.



Helado

Es un plato de reciente incorporación al repertorio conventual, ya que requiere el uso del congelador.

INGREDIENTES:

6 huevos
1/2 kg. de nata
3 cucharadas de azúcar
2 cucharadas de café soluble o cacao en polvo

ELABORACION:

Se separan las yemas de las claras, que se baten a punto de nieve. Se agregan las yemas y se mezclan.

Se monta la nata, a la que se añaden las 3 cucharadas de azúcar. Seguidamente se combinan los huevos, la nata montada y el café soluble o el cacao en polvo. Se deposita la mezcla en los moldes, que se introducirán en el congelador.

Sobaos pasiegos


Es un plato típico de nuestra región.

INGREDIENTES:

1 kg. de azúcar
1 kg. de mantequilla
900 grs. de harina
12 huevos
sal y levadura
la ralladura de un limón
1 cucharada de ron o anís

ELABORACION:

Se mezclan el azúcar y la mantequilla, se añaden la sal y la ralladura de un limón, y se continúa amasando.

Se agregan los huevos poco a poco, después el licor y finalmente la harina. Cuando se haya obtenido una masa homogénea, se coloca sobre moldes de papel que se introducen al horno, hasta que los "sobaos" queden bien dorados.  1



Bombones helados

Se trata de un plato de reciente incorporación a nuestra cocina ya que la utilización del frigorífico, - necesaria para la confección de este plato -, no se ha generalizado hasta épocas recientes.

INGREDIENTES:

100 grs. de manteca de cerdo
400 grs. de polvo de chocolate
frutos secos para adornar, a voluntad

ELABORACION:

Se deshace la manteca en un cazo al baño María. Se vacía el chocolate en polvo sobre el cazo y se revuelve hasta obtener una pasta ligada y homogénea.

Se deposita la mezcla en moldes de plástico o cristal y se introducen al frigorífico.







VITORIA-GASTEIZ

MONASTERIO DE LA INMACULADA



Nuestro Monasterio de La Inmaculada se encuentra en la ciudad de Vitoria-Gasteiz, capital de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

Se edificó entre los años 1608 a 1620 y ha sido testigo de innumerables acontecimientos. En un principio, estaba destinado a los Franciscanos Recoletos pero, por una serie de problemas, no lo ocuparon hasta 1648.

En 1247 ya existía en la ciudad un monasterio de Damianitas, que es como se llamó a las Religiosas Clarisas, hasta la canonización de Santa Clara. Este convento ocupaba prácticamente lo que hoy son los jardines de La Florida.

Las religiosas Clarisas lo habitaron hasta 1834, fecha en la que lo abandonaron definitivamente, al ser incautado por el

Gobierno y adquirido por el Ayuntamiento de la ciudad.

Durante este largo período, la Comunidad sufrió la ocupación de tropas durante las Guerras de Convención, de la Independencia y la Carlistada.

En el año 1850 el Ayuntamiento ofreció a las monjas un edificio en su actual emplazamiento. El monasterio fue derribado en 1962, siendo construido en su lugar otro de nueva planta, que conserva la torre del primitivo.

Las imágenes de su fachada, así como las de San Francisco y Santa Teresa, son obras del escultor Gregorio Fernández.

Formamos la Comunidad 15 religiosas, siendo nuestro principal medio de subsistencia la repostería.

Monasterio de La Inmaculada, en Vitoria-Gasteiz.

Revuelto de guisantes

Es preferible elaborar este plato durante la época de los guisantes frescos, aunque también puede cocinarse empleando guisantes en conserva o congelados.

Esta receta la creó una hermana cocinera al encontrarse con una gran cantidad de huevos y guisantes frescos que nos habían regalado.

Una vez desgranados, se fueron empleando en diferentes guisos y pensando en cómo seguir utilizándolos se le ocurrió la receta que sigue. Las cantidades pueden variar según se consuma en la comida o durante la cena.

INGREDIENTES:

12 huevos
500 grs. de guisantes
300 grs. de pencas de acelga
1 cebolla grande
6 ajos
perejil, a gusto
aceite y sal

ELABORACION:

Se cuecen las pencas en agua y sal, y una vez escurridas se pican en cuadraditos.

Se frien los ajos y la cebolla, ambos muy picaditos, y se dejan hacer lentamente en una cazuela.

Se añaden los guisantes, las acelgas y el perejil y se rehoga todo durante un rato. Por último, se agregan los huevos bien batidos y la sal. Se remueve constantemente para evitar que se pegue.

Este plato debe servirse recién hecho.  1



El buen caldo

Comida completa para un día de fiesta

Conseguir una comida completa a partir de un buen caldo fue el objetivo de una antigua cocinera de este monasterio, que quiso aprovechar totalmente los ingredientes que intervenían en su elaboración.

INGREDIENTES para los 3 platos:

3/4 de kg. de carne de caldo o huesos de puerro de res despedazados, con poca carne
2 menudillos de pollo
1 trozo de tocino de veta o jamón
2 cebollas grandes
4 ajos
4 pimientos verdes
1 tomate fresco
3 zanahorias hermosas
1 puerro
150 grs. de vainas o judías verdes
2 patatas grandes
tapioca o fideos
3 huevos cocidos
1 lata de atún en escabeche
mayonesa
aceitunas
150 grs. de champiñones

ELABORACION:

Se ponen en un puchero el agua, la carne, los menudillos y el jamón. Es importante espumar bien la mezcla. A continuación se agregan sin picar 1/2 cebolla, los ajos, 2 pimientos verdes, 1 tomate, 1 patata, 3 zanahorias, 1 puerro y los 150 grs. de judías verdes.

Se deja cocer bien a fuego moderado, evitando que se rompan las hortalizas. Cuando esté hecho, se sacan los ingredientes separando por un lado la carne y por el otro, el resto de los componentes del plato, que se reservan.

Se cuele el caldo con un paño o un colador fino, separándose dos cacitos antes de agregarle la tapioca, el fideo u otro ingrediente similar.

Se sirve con costrones de pan frito.



Ensaladilla

Se pican bien las zanahorias, el puerro, las judías verdes, los pimientos verdes y las patatas para preparar la ensaladilla. Se añaden 3 huevos cocidos - 2 de ellos picaditos y el otro para la decoración - y una lata pequeña de

atún en escabeche. Se mezcla todo con mayonesa, y se adorna según el gusto de la cocinera y de los comensales.

Si no se decora con aceitunas, pueden picarse algunas para la mezcla.



Pollo casero al ajillo y pimientos

La primera persona en elaborar esta receta fue una hermana cocinera del monasterio.

INGREDIENTES para 6 personas:

6 muslos de pollo
6 ajos
4 pimientos choriceros
500 grs. de calabacín
aceite
sal
flor de pimiento, para la decoración

ELABORACION:

Se pone el aceite en una cazuela y se echan los ajos picados y los pimientos limpios cortados en tiras.

Cuando estén a medio hacer, se agrega el pollo. Debe rehogarse lentamente, hasta que adquiera un color doradito.

Se lava el calabacín y, sin quitarle la piel, se corta en rodajas finas que se añaden al preparado. Se reservan algunas para la decoración del plato, y el resto continúa su cocción con los demás ingredientes. Como el calabacín desprende mucho líquido no es necesario añadir nada.

Se terminan de cocinar preferentemente en cazuela de barro o en una fuente refractaria, donde se colocan los muslos de pollo y su guarnición. Se adorna con las rodajas de calabacín reservadas y una florecita de pimiento. Si no tenemos calabacín ni la florecita de pimiento, se puede emplear un diente de ajo.

Se mete al horno unos 10 minutos y se sirve.



Carne en salsa

Para la carne se prepara un acompañamiento de salsa de la forma siguiente:

Se cortan en aros la cebolla y media y los 2 pimientos verdes restantes. La patata se corta en cuadraditos y se añaden 150 grs. de champi-

ñones. Se rehoga todo bien en una sartén y cuando esté hecha la salsa, se vierte sobre la carne junto con los dos cacitos reservados del caldo. Se deja hervir durante 15 minutos y se sirve caliente.





VITORIA-GASTEIZ

MONASTERIO DE SANTA CLARA



Imagen existente en el Monasterio de Santa Clara, en Vitoria-Gasteiz.

Nuestro Monasterio de Santa Clara se encuentra ubicado en la calle Badaya de la ciudad de Vitoria-Gasteiz, capital de la provincia de Alava.

Su primer emplazamiento fue una pequeña casa cercana a la actual Plaza de Toros y el segundo en el Portal de Ali. Más que una fundación tradicional, lo que ocurrió en setiembre de 1905 fue un traslado, del Monasterio de Ntra. Sra. de la Guarda de Clarisas en Périgueux (Francia) a Vitoria-Gasteiz, causado por los avatares políticos de la historia francesa. Las religiosas francesas regresaron parcialmente a Périgueux en agosto de 1937 y en su totalidad, en mayo de 1947, pero el Monasterio de Santa Clara prosiguió su andadura desde esa fecha, con el castellano como lengua de comunicación interna.

La Comunidad vivía en extrema pobreza y Dña. Felicia de Olave, conocida bienhechora vitoriana, quedó impresionada por tanta penuria. Conmovida, adquirió un terreno y edificó a sus expensas

un nuevo convento en Portal de Ali, que fue inaugurado en mayo de 1910. En 1912 falleció Dña. Felicia de Olave y fue enterrada en este monasterio.

La Comunidad fue creciendo con la incorporación de nuevas vocaciones y en abril de 1915 una extraña enfermedad, sobre la que se especuló mucho en su momento, afectó a las religiosas, muriendo 3 en un mismo día.

En la década de los 60, como consecuencia del gran desarrollo industrial y urbano de la ciudad, la Comunidad, asesorada por sus amigos y bienhechores, decidió trasladarse a la calle Badaya donde ocupa un moderno edificio desde 1969.

Actualmente formamos la Comunidad 12 hermanas. Nuestro principal medio de subsistencia es la elaboración de hombreras para una empresa de confección, además del lavado y planchado de ornamentos religiosos y la elaboración de formas.



Tortilla rellena de bechamel

No se conoce la fecha, ni la religiosa que incorporó este plato a nuestro recetario. Es delicioso, sencillo y económico.

INGREDIENTES:

6 huevos
leche
harina
jamón y carne
huevo cocido y sal

ELABORACION:

Se baten los huevos. Se hace aparte una bechamel un poco espesa, con harina, leche, jamón, carne y huevo duro, todo muy picado.

Se vierte el huevo batido en la sartén como para hacer tortilla de una ración. Luego se echa un poco de la bechamel, y se hace la tortilla dejando la bechamel dentro. Se van colocando en una fuente tantas raciones como se deseen. Las tortillas se cubren con la bechamel que se ha hecho de antemano, un poco más espesa que la del relleno. Se introducen al horno y cuando la bechamel esté dorada, se sacan y se sirven.



Tarta de pasas

Parece que este postre es herencia de nuestras hermanas de Périgueux (Francia), que pasaron mucho tiempo entre nosotras.

INGREDIENTES:

250 grs. de harina y 250 grs. de azúcar
3 huevos
1 vasito de aceite
1 vasito de vino dulce
1 vasito de leche
16 grs. de levadura
naranja rallada o limón
pasas, almendras molidas o coco, opcional

ELABORACION:

Se baten los huevos con el azúcar, y se añaden la levadura y la harina.

Después se agregan el aceite y la leche, y se mezcla todo bien. Se añaden el vino dulce y la ralladura, y se vierte la mezcla en un molde untado con mantequilla.

Se cuece en el horno durante 60 minutos.

Se pueden añadir pasas, almendras molidas o coco.





2

Petits-choux

Se trata de un plato de clara inspiración francesa que se incorporó a nuestro recetario desde su fundación.

INGREDIENTES:

4 huevos
2 dl. de agua
100 grs. de mantequilla y 100 grs. de harina
sal, canela y una corteza de limón
1 cucharadita de azúcar glase

ELABORACION:

Se ponen a hervir en una cazuela el agua, la sal, el azúcar, la mantequilla, un pedacito de canela y una corteza de limón. En cuanto hierve, se retiran la canela y la corteza de limón. Se añade toda la harina de golpe y se mezcla bien con una espátula hasta que la masa obtenida se desprende de las paredes de la cazuela. Se aparta y se deja templar. A continuación se añaden los huevos, uno a uno, volviendo a mezclarlos individualmente. Cuando se vea que la pasta no esté correosa, se prepara una bandeja de horno con mante-

quilla y se espolvorea con harina.

Se pone en una manga pastelera una boquilla lisa y se preparan unos montoncitos del tamaño de una nuez.

Se puede hacer lo mismo con una cuchara, ayudándose del dedo.

Encima de estos montoncitos pueden colocarse unos pequeños trozos de almendra. Se les da un baño ligero de huevo batido con un pincel y se introducen al horno a 200° durante 20 minutos aproximadamente.

Se espolvorean con un poco de azúcar glase.





VIVAR DEL CID
MONASTERIO DE NTRA. SRA. DEL ESPINO





El Monasterio de Nuestra Señora del Espino se encuentra a 9 kms. de la ciudad de Burgos, en Vivar del Cid, cuna de Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid Campeador.

Después de la aparición de la Virgen del Espino a los pastores, un grupo de beatas se agruparon en torno a la capilla primitiva, dedicadas a su culto y servicio. En 1477, se fundó el Monasterio de Clarisas bajo la advocación de Nuestra Señora del Espino, con el patrocinio de D. Pedro López de Padilla, Adelantado de Castilla, y de su esposa Dña. Isabel Pacheco. Su hija Dña. Catalina ingresó posteriormente como religiosa.

En 1620 un incendio dejó el edificio totalmente derruido, viéndose obligadas las hermanas a ir a vivir a unas casas de alquiler en Burgos, llevándose consigo la imagen de la Virgen del

Espino. Regresaron 2 años más tarde.

En 1868, las religiosas tuvieron que abandonar de nuevo el monasterio, trasladando también la venerada imagen. El 27 de abril de 1872 volvieron de nuevo a Vivar del Cid, haciendo frente a todo tipo de dificultades por la inseguridad del ambiente sociopolítico.

Actualmente somos 15 hermanas profesas solemnes, 3 novicias y una postulante. Además de los actos propios de nuestra vida contemplativa, nos dedicamos al tejido y confección de prendas de artesanía infantil, así como a otros trabajos eventuales. Cultivamos la huerta que nos proporciona hortalizas y árboles frutales para el consumo de la Comunidad y forraje para nuestra única vaca.

En la página anterior, Monasterio de Nuestra Señora del Espino, en Vivar del Cid (Burgos). Arriba, interior del convento.

Redondo de vacuno

INGREDIENTES:


- 1,5 kgs. de carne
- 6 cucharadas de aceite
- 1 cebolla mediana
- 3 dientes de ajo
- 2 ramitas de perejil
- 1 ramita de tomillo
- 1 zanahoria grandecita
- 1 pimiento verde
- 1 tomate maduro y sal

ELABORACION:

Se limpia, se ata la carne con un bramante y se coloca en un recipiente adecuado. Se cubre de agua acompañada de unos cascotes de cebolla, 2 dientes de ajo, una ramita de perejil, el tomillo y la sal, debiendo permanecer cociendo lentamente unas 3 horas, hasta que esté tierna. En el caso de que utilizemos la olla exprés, el tiempo se reduce a 30 minutos. A continuación, se aparta del fuego y una vez fría, se filetea la carne, disponiéndola en una cazuela.

Se vierte el aceite en una sartén, en la que se sofríen el resto de la cebolla picada, el ajo y el perejil restantes, la zanahoria pelada y troceada, el pimiento troceado y desprovisto de semillas y rabo, y el tomate troceado. Se incorpora el caldo procedente del cocido de la carne, debiendo permanecer en cocción durante unos 15 minutos.

Se retira del fuego, se pasa por un colador y se vierte sobre la carne, que deberá cocer unos 10 minutos más.

Se retira y se sirve.  1



Pichones

No se conoce la fecha ni la autora de esta receta. Tratándose de un plato muy tradicional en la zona pudo incorporarlo cualquier religiosa, máxime teniendo en cuenta que existió un palomar en el convento, hace unos años. Hoy, sólo lo confeccionamos en las grandes ocasiones.

INGREDIENTES:

- 6 pichones
- 1 cebolla y 3 dientes de ajo
- 2 ramas de perejil
- 1 hoja de laurel
- 1 vasito de vino blanco
- aceite, sal y pimienta molida
- arroz, opcional

ELABORACION:

Se dejan los pichones limpios para guisar. Se pone en una cazuela aceite cubriendo el fondo, y se echa la cebolla picada, aliñando con pimienta por encima. Se colocan los pichones sazonados con sal, se ponen al fuego y se deja que se vayan haciendo al vapor con la cazuela tapada. Cuando la cebolla comience a dorarse, se echan el vino blanco, el ajo y el perejil machacados, y el laurel. Se dejan hacer lentamente, añadiendo un poco de caldo de carne o agua, si es preciso. Cuando estén en su punto puede agregarse también arroz, para lo cual será necesario añadir más caldo.

Nosotras los cocinamos actualmente en la olla exprés, y como se hacen en su jugo, no echamos agua ni caldo. En ocasiones una pastilla de caldo de carne, que les da buen sabor.




Sopa de sémola de trigo

Es un plato de origen desconocido pero que tiene mucha aceptación. Lo preparamos cuando se presenta alguien a comer sin previo aviso. Normalmente disponemos de salsa de pollo en el frigorífico, ya que se conserva muy bien. Cuando no la tenemos, añadimos más pastillas de caldo de carne.

INGREDIENTES:

1 l. de agua
1 taza de salsa de pollo, reservada de una comida anterior
1 pastilla de caldo de carne
2 huevos
3 cucharadas soperas de sémola
aceite y sal

ELABORACION:

Se pone a hervir el agua y cuando esté hirviendo se echan el aceite, la sal, la salsa de pollo y la pastilla de caldo de carne. Se deja hervir durante 10 minutos, y se le añade la sémola. Se cuecen los huevos aparte, se pelan y se pican muy menuditos en una soper. Se vierte por encima la sopa que se ha preparado y se sirve caliente.  2

Dulce de pera

INGREDIENTES:

1 kg. de peras peladas, despepitadas y troceadas
1 l. de agua
750 grs. de azúcar y 1 cáscara de naranja

ELABORACION:

Normalmente empleamos unas peras denominadas "de invierno", poco maduras. En un recipiente se vierte el agua, se arrima al fuego y una vez que rompa a hervir, se incorpora el azúcar removiendo hasta que se disuelva. Se añaden las peras y un trozo de cáscara de naranja. Cuando lleve cociendo una hora aproximadamente y el líquido se acaramela, se retira del fuego. Una vez que llegue a la temperatura ambiente se introduce en recipientes de cierre hermético, donde se conserva perfectamente.



Plum-cake de nueces

Es un bizcocho que, con pocas variaciones, se prepara en muchos lugares. No conocemos ni la época en la que se incorporó a nuestro repertorio, ni su autora.

Lo elaboramos en las fiestas más importantes y para obsequiar a nuestros familiares, amigos y bienhechores en circunstancias especiales.

INGREDIENTES:

200 grs. de mantequilla
300 grs. de azúcar
200 grs. de harina
150 grs. de nueces
4 huevos
1 copa de ron
1 cucharadita de levadura en polvo
2 pellizcos de sal

ELABORACION:

En un recipiente hondo se mezcla la mantequilla ablandada con azúcar, con una espátula de madera o un batidor de varillas. Cuando la pasta esté espumosa, se mezclan uno a uno los 4 huevos con pequeñas porciones de harina hasta echar los 200 grs. Seguidamente, y sin dejar de mezclar fuerte, se añaden 2 pellizcos de sal, la copa de ron gota a gota, las nueces picadas y la levadura mezclada con las nueces para que no se hagan grumos.

Se procura remover fuerte toda la masa hasta que quede homogénea. Esta manipulación es la más importante para que salga bien el postre. Se unta el molde con mantequilla y se espolvorea con harina. Se vierte la mezcla y se mete al horno durante una hora aproximadamente. Antes de sacar el plum-cake del horno, se comprueba si está bien hecho introduciendo una varilla o un palillo. Si sale limpio, está en su punto.

El molde ideal para confeccionarlo será aquel en el que la pasta ocupe como mínimo 3 cms. de grosor.

Después de horneado subirá otro tanto.



3



Queso de nueces

Esta receta nos la envió hace varios años la familia de una Hna. de Navarra. La elaboramos pocas veces, pero es muy rica y muy nutritiva.

INGREDIENTES:

2 kgs. de nueces molidas
1 kg. de azúcar
1 limón
2 vasos de agua
1 poco de canela en rama

ELABORACION:

Se hierven en el agua el limón cortado en trozos y la canela, y se echa el azúcar. Así se hace un almíbar que debe hervir poco a poco hasta que quede bien mezclado. En un barreño o en un recipiente hondo, se echa la harina de nuez pasada por un colador. Se vierte el almíbar, removiendo con una espátula o cuha-

ra de madera hasta que la masa pueda trabajarse con la mano. Antes de enfriar, se echa en moldes del tamaño que se desee. Cada molde se prensa con la mano y se sirve dejando arriba la parte del fondo, como si fuera un flan.





ZAMORA

CONVENTO DEL CORPUS CHRISTI



A la izquierda, detalle del Convento del Corpus Christi, en Zamora.

Nuestro Convento del Corpus Christi, "El Tránsito"

se encuentra sobre el río Duero, en la parte antigua de la ciudad de Zamora, declarada Monumento Nacional.

A finales del S. XVI, la Noble Señora Dña. Ana Osorio, mujer que fue de D. Juan de Carbajal, Caballero del Hábito de Santiago, mandó en su testamento que "las casas de su morada y toda su hacienda" fuesen destinadas para fundar un monasterio de la Primera Regla de Santa Clara.

El Padre General condescendió a tan piadosa petición y admitió que viniese la Abadesa Sor Ana de la Cruz, hija de los Duques de Gandía y nieta de San Francisco de Borja, "más ilustre por sus virtudes y talento que por su esclarecida alcurnia", según crónicas de la época. Las fundadoras de este monasterio fueron Sor Ana, Sor Beatriz del Espíritu Santo, Sor Vicenta de Jesús, Sor Juana de Jesús y Sor Inés de los Reyes, novicia de las Descalzas de Madrid, que profesó el 5 de enero de 1597.

Con Sor Ana de la Cruz, nieta de San Francisco de Borja y gloria de esta Comunidad, está íntimamente ligada la hermosa tradición del milagro de la Virgen del Tránsito.

Recogemos, del libro más antiguo del archivo del Monasterio, el sorprendente suceso acaecido el día 2 de mayo del año 1619. "Serían las ocho de la mañana, hora en que las monjas tenían la oración. Sor Petronila, la tornera, oyó que llamaban al torno. Acude con presteza y al preguntar quién era, le contestaron: "Somos dos jóvenes romeros que venimos de Compostela y pedimos urgentemente hablar con la Madre Abadesa". Acude la M. Sor Ana de la Cruz y con religiosa cortesía les saludó diciendo: "¿Qué desean los tristes peregrinos, del silencio de esta pacífica mansión?". "Reverenda Madre - le contestaron - sabemos vuestro anhelo de poseer una imagen

de María Santísima en su glorioso tránsito, y venimos dispuestos a hacerla tan hermosa que llegue a ser el pasmo de las futuras generaciones". "¿Cómo puede ser eso?, exclama sorprendida la Abadesa. Vuestro pensamiento ha burlado el espesor de los muros del convento". "Somos diestros, dejad recelos y poseeréis lo que tanto deseáis". "Pero, ¿cómo he de apreciar vuestro trabajo, si somos tan pobres? ¿En cuánto apreciáis vuestra obra?", insistió la Madre. "Gracia haremos, no somos avaros. Nuestro afán será llenar vuestro gusto". Sólo pidieron un favor: puesto que eran desconocidos en la ciudad, que les concediese una estancia dentro del claustro para poder trabajar.

Usando la licencia que se concede a los obreros conventuales, no se puso inconveniente. Quedó a disposición de los romeros una espaciosa sala y dos religiosas encargadas de acompañarles. Ellos rogaron que les dejasen solos, que cerrasen la puerta por fuera y no volvieran hasta que ellos llamasen. Así transcurrieron las horas desde las ocho de la mañana hasta las cinco de la tarde. Extrañadas las religiosas de que en tanto tiempo no diesen señales de vida, acudieron llevándoles algún alimento. No se oía ningún ruido. Nadie contestaba a las llamadas. Sor Ana de la Cruz se decide a abrir la puerta y... ¡¡¡ oh prodigio sorprendente !!!, los romeros han desaparecido y en cambio se encuentran con una soberana ima-

gen, tan hermosa y tan celestial, que sólo los espíritus bienaventurados pudieron concebir así la belleza sobrehumana de la Reina de los Cielos".

En la actualidad somos 16 religiosas y 2 novicias. Nuestro medio de sustento son los trabajos de lavandería, bordado a mano y a máquina, y toda clase de labores, con especialización y arte en el vestuario de las Cofradías de Semana Santa. Elaboramos también las formas para casi todas las parroquias de la Diócesis.



Arroz con corteza

Preparamos este plato durante todo el año. No conocemos la fecha en la que se incorporó a nuestro recetario.

INGREDIENTES para 6 personas:

400 grs. de arroz
100 grs. de carne de cerdo, lomo o similar
100 grs. de chorizo
aceite
1 cebolla
1 tomate
2 dientes de ajo
2 huevos
queso rallado
manteca de cerdo
perejil picado y un poco de pimentón

ELABORACION:

En una cacerola se ponen dos cucharadas de manteca de cerdo y aceite. Cuando estén calientes, se añaden la carne y el chorizo y se rehogan. Se retiran y se pone a dorar la cebolla bien picada. Se agregan el tomate, el perejil picado y el ajo, y se dejan unos minutos para que cuezan. Se mezclan la carne, el chorizo, un poco de pimentón y el arroz, y se remueve un poco. Se echa un litro de agua hirviendo y se deja cocer unos 15 minutos aproximadamente. Se separa del fuego, se batan los huevos, se vierten por encima del arroz y se introduce el recipiente al horno caliente, hasta que el arroz forme una corteza.

Se espolvorea con queso rallado y se sirve.


Huevos a la española

INGREDIENTES:

6 huevos cocidos
40 grs. de harina
40 grs. de mantequilla
3/4 l. de leche
sal, nuez moscada
4 cucharadas de salsa de tomate espesa, sin triturar

ELABORACION:

Se parten 4 huevos cocidos en rodajas finas y se colocan bien extendidas en el fondo de una fuente.

Se hace una salsa bechamel con mantequilla, harina y leche, removiendo continuamente todos los ingredientes. Se sazona con sal y nuez moscada, y se deja cocer 10 minutos. Se vierte la salsa caliente sobre las rodajas de huevo, se añade el tomate y se espolvorea con el resto de los huevos muy bien picaditos.  1





ZARAUTZ

MONASTERIO DE SANTA CLARA



*Monasterio
de Santa
Clara, en
Zarautz
(Gipuzkoa).*

Nuestro Monasterio de Santa Clara se halla en Zarautz, Villa de la costa occidental guipuzcoana, situada entre las desembocaduras de los ríos Oria y Urola.

En un palacio de Zarautz vivía Dña. Mariana de Zarautz, viuda de Dn. Francisco Bouquer de Borthon con sus 5 hijos: Francisco, María, Pedro, Catalina y Clara. Francisco se casó y se fue a la Corte, donde estuvo al servicio del Duque de Lerma. Pedro también se casó. Catalina murió antes de cumplir su deseo de ser religiosa. Dña. Mariana y Dña. María, - que había quedado viuda -, querían ser religiosas junto con Clara y decidieron fundar un monasterio dedicado a Santa Clara, ingresando así en su Orden y acogiéndose a su Regla.

Cuando Dña. Mariana le comunicó la decisión a su hijo Francisco, que estaba con los Duques de Lerma, no sólo la aprobó sino que se la comunicó al Duque, quien ofreció enviar a la nueva fundación religiosas del Monasterio de Lerma. La Abadesa de Lerma a instancias del Duque, envió 6 religiosas. Se hicieron las escrituras y demás formalidades en presencia del Padre Provincial y después fueron puestas en clausura en el mismo palacio de los Zarautz, mientras se construía el nuevo monasterio.

Al empezar la construcción del nuevo convento se proyectó

terminarlo en 1621, pero la obra finalizó en agosto de 1625. El día del traslado al nuevo monasterio eran 31 religiosas y 1 novicia. El día 4 de febrero de 1737, siendo Abadesa de la Comunidad Sor Catalina de Jesús y María, salieron 3 hermanas a fundar un nuevo monasterio en Arizcun (Navarra).

El día 3 de agosto de 1744, ante la proximidad del ejército francés y después de consultar con el P. Vicario, la Comunidad determinó dejar el convento. Llegaron a pie a Bilbao el 7 de agosto por la tarde. Estuvieron en Bilbao hasta finales de 1795, pasando luego a Castro Urdiales (Cantabria). Durante la Guerra de la Independencia se refugiaron en nuestra casa la Comunidad de Carmelitas de Donostia-San Sebastián y las Monjas Agustinas de Rentería.

La Desamortización de Mendizábal (1836-1844) dejó al monasterio sin bienes. El 27 de enero de 1957, 3 hermanas de Zarautz fueron a reforzar el Convento de Peñafiel, en Valladolid.

Actualmente formamos la Comunidad 21 religiosas, incluidas las externas. Nuestro trabajo consiste en la confección y montaje de enchufes. Trabajamos también en la huerta para nuestro consumo. Contamos con la ayuda de los PP. Franciscanos de la Villa.





Conejo al horno

Se trata de un plato tradicional, que no es original de nuestro monasterio. Desde siempre hemos criado conejos para nuestro consumo, que preparamos con esta receta.

INGREDIENTES para 4 personas:

- 1 conejo hermoso
- 2 cebollas y 3 dientes de ajo
- 1 zanahoria
- 1 cucharada de harina
- 1 vaso de vino blanco
- aceite y sal

ELABORACION:

Una vez pelado, se pone el conejo en maceración en agua y sal durante 24 horas para que quede más blanco. Se seca cuidadosamente con un trapo, se unta con aceite y se sazona con sal.

Se introduce en el horno y, mientras se va asando, se prepara una salsita con las cebollas, la zanahoria, los ajos, la harina y el vino blanco. Cuando esté casi asado, se añade la salsa y se deja haciendo un ratito más.



Formas de aprovechar las gallinas viejas

Sugerimos dos formas de aprovechar las gallinas ya cocinadas.

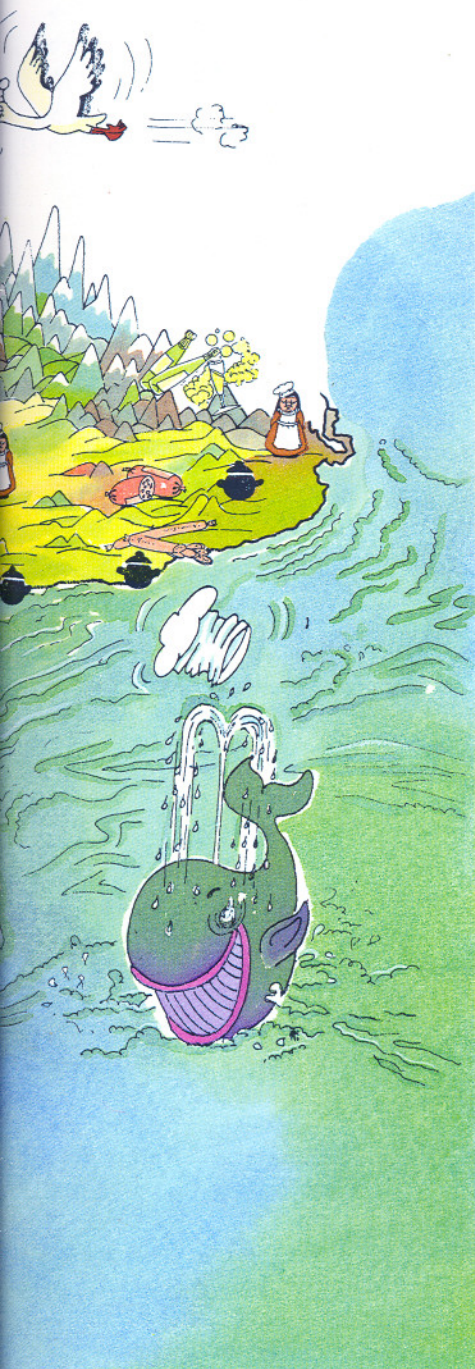
La primera de ellas es hacer *croquetas*. Se prepara una bechamel y se mezcla con la gallina previamente desmigada. Se moldean las croquetas, se pasan por pan rallado y están listas para freír.

La segunda fórmula consiste en hacer *pimientos rellenos*. Se hace una bechamel ligera y se une a la gallina desmigada. Con esta mezcla se rellenan los pimientos rojos, a poder ser

del piquillo, que son mejores para confeccionar este plato. Se pasan los pimientos por harina y huevo. Se frien ligeramente y se reservan en una cazuela. Seguidamente se prepara una salsita a base de cebolla, zanahoria, ajo e ingredientes similares. Se pasa la salsa por el pasapurés y se agrega a la cazuela donde están los pimientos rellenos.

Se ponen al fuego para que terminen de hacerse y se sirven.





Aragón

HUESCA:
Monzón
ZARAGOZA:
Borja

Andalucía

CÓRDOBA
Córdoba
JAÉN:
Alcaudete
Baeza
MÁLAGA:
Antequera

Principado de Asturias

Gijón/Cigales

Cantabria

Castro Urdiales
Escalante
Santillana del Mar
Villaverde de Pontones

Castilla y León

BURGOS:
Belorado
Briviesca
Burgos
Castil de Lences
Castrojeriz
Lerma
Medina de Pomar
Nofuentes
San Martín de Don
Vivar del Cid
LEÓN:
Astorga
Villafranca del Bierzo
PALENCIA:
Aguilar de Campoó
Calabazanos

Carrión de los Condes
Palencia
SALAMANCA:
Cantalapiedra
SEGOVIA:
Rapariegos
SORIA:
Almazán
Medinaceli
Soria
VALLADOLID:
Medina de Rioseco
Peñafiel
Valladolid (2)
ZAMORA:
Zamora

Castilla-La Mancha

ALBACETE:
Hellín
GUADALAJARA:
Molina de Aragón
Sigüenza
TOLEDO:
El Toboso

Cataluña

GIRONA:
Vilasacra
LEIDA:
Balaguer

Comunidad Valenciana

VALENCIA:
Canals
Xàtiva

Extremadura

BADAJOS:
Campanario
Llerena

CÁCERES:
Cáceres

Galicia

LUGO:
Ribadeo
PONTEVEDRA:
Pontevedra

La Rioja

Arnedo
Entrena
Nájera

Madrid

Alcalá de Henares

Región de Murcia

Caravaca de la Cruz

Comunidad Foral de Navarra

Olite
Tudela

País Vasco

ALAVA:
Salvatierra
Vitoria-Gasteiz (2)
BIZKAIA:
Areatza
Bermeo
Derio
Durango
Gemika-Lumo
Orduña
Portugalete
GIPUZKOA:
Azkoitia
Oñati (2)
Zarautz



Índice Temático

Entrantes, potajes y pastas

Alcachofas de Tudela en salsa	200
Alcachofas conventuales	55
Alcachofas naturales,	129
Alcachofas rellenas	71
Arroz con corteza	230
Berenjena con tomate	66
Calabacín estofado	177
Caldo de calabaza	211
Champiñones a la crema	96
Coliflor al pan rallado	134
Crema de puerros	145
Crema Urioste	173
Croquetas de carne o de pescado	106
El buen caldo	218
Empanadillas	101
Empanadillas fritas	180
Ensalada de pimientos del piquillo	148
Ensalada festiva de Santa Clara	133
Ensaladilla	218
Escudella i carn d'olla	41
Espárragos frescos en vinagreta	103
Fabes con almejas	116
Fideos con gambas	122
Flan de arroz Aurora	96
Formas de aprovechar las gallinas viejas	233
Fritos de arroz	92
Garbanzos manchegos	105
Hepa gras (Foie gras)	69
Huevos a la española	230
Huevos a la marinera	132
Huevos gigantes	92
Huevos rellenos	187
Huevos rellenos en salsa	108
Huevos verdes	139
3 huevos, 28 tortillas	193
Macarrones con caldo	38
Menestra conventual	137
Menestra de verduras	155
Migas de pan	72
Paella	52
Pastel de vainas (judías verdes)	174
Patatas a la cazuela	55
Patatas a la importancia	13
Patatas a lo pobre	14
Patatas a la riojana	148
Patatas albardadas	114
Patatas con bacalao	54
Patatas duquesas	95
Patatas encebolladas	29
Patatas rebozadas en salsa verde	154
Patatas rellenas	113
Patatas y cebollas al estilo franciscano	121
Pan de sardinas	168

Pág.

Pencas de acelgas rellenas	186
Pimientos con anchoas para aperitivo	132
Pimientos rellenos	151
Pimientos rellenos con salsa de chipirones	134
Porra antequerana	27
Potaje conventual	127
Princesitas	72
Puré de verduras	189
Revuelto de guisantes	217
Revuelto de huevos con jamón	55
Rollitos de jamón con puerro	90
Sabores de La Rioja	109
Sopa de ajo clariana	103
Sopa de barquillo	72
Sopa de calabaza	17
Sopa de gazpachuelo	26
Sopa de pescado rápida	132
Sopa de sémola de trigo	226
Sopa de verduras	45, 147
Sopas de ajo a la burgalesa	127
Sopas de berza	124
Sopas tostadas	85
Souflé de jamón	96
Souflé de verduras	94
Tempura	31
Tortilla rellena de bechamel	221
Tortitas de patatas	87

Pág.

Pescados

Albóndigas de bacalao	91
Aplastadillas	84
Bacalao a la burgalesa	125
Bacalao al ajoarriero	85, 154
Bacalao encebollado	67
Bacalao Fray Juan de Zumárraga	101
Bacalao frito	151
Caldereta	45
Cangrejos del Boedo	14
Cóctel de marisco con cabracho	165
Dorada asada a la sal	111
Marmitako	47
Merluza al vino blanco	163
Merluza de Navidad	89
Merluza en su jugo	58
Merluza rellena	113
Merluza a la valenciana	167
Pastel de pescado	165
Pescada (merluza) a la gamba	39
Pescada (merluza) a la jardinera	27
Pescadilla al horno	71
Plato de bacalao	45

Carnes y Aves

Buñuelos de gallina	
Caldereta de cordero	
Carne en salsa	
Carne estofada	
Carne rellena	
Conejo al horno	
Conejo asado al horno con patatas redondas	
Conejo conventual	
Conejo en salsa con tomate y jamón	
Cordero semiasado	
Erizo en salsa	
Filetes de pollo	
Filetes en salsa	
Gallina frita	
Lagarto en salsa	
La salsa del obispo	
Lechazo asado en cuartos	
Morcilla de hígado	
Muslos de pollo a la piña	
Pastel de conejo	
Pastel de patas de cerdo o ternera	
Pavo o pollo a las peras	
Pichones	
Pichones al nido	
Pichones rellenos	
Pollo al ajillo	
Pollo al crapudín	
Pollo asado	
Pollo casero al ajillo y pimientos	
Pollo en escabeche	
Pollo en salsa	
Pollo trufado	
Redondo de vacuno	
Rollo de pollo y piña	

Postres

Almendrados	
Almendras garrañadas	
Amarguillos	
Arroz con leche	
Bocados reales	
Bolla de manzana	
Bombones helados	
Buñuelos	
Buñuelos a la ampurdanesa	
Canutos rellenos de crema	
Cañas	
Cerezas en dulce	
Conserva de fruta al natural	
Corderito pascual en dulce	
Crema de tronco de galletas	
Dulce de albaricoque	
Dulce de manzana	
Dulce de pera	
Empanadillas de dulce	

190	Flan de castañas	95
68	Flan de coco	47
219	Flan de miga de pan	89
58	Flan especial	117
97	Flanes al baño María	186
233	Fritos de manzana	179
136	Galletas de nata	179
187	Helado	214
197	Leche frita	63
176	Magdalenas	159
68	Manjar de las clarisas	200
180	Manzanas rellenas	183
53	Mató	209
111	Mazapán de almendra	60
69	Migas del Niño Jesús	22
119	Mostachones	99
167	Ochos de monjas	183
68	Orejas de carnaval	33
17	Panecillos de Santa Clara	23
63	Pastas	19
199	Pastas de nueces	121
16	Pastas de Santa Clara	36
225	Pastas Isabeles	207
142	Pastas rizaditas	87
106	Pastel de arroz	54
57	Pastelitos de almendra	145
44	Pastelitos Santa Engracia	155
77	Petits Choux	222
219	Plum-cake de nueces	227
67	Postre de copa de kiwi	161
39	Postre de naranja	27
81	Puños de San Francisco	102
225	Quesada pasiega	214
168	Queso de nueces	227
	Reforzante. Licor medicinal	22
	Retorcidos de Navidad	23
	Roquitas	108
	Roscos huecos	196
	Rosquillas	157
127	Rosquillas de palo	80
31	Rosquillas de Santa Clara	33
81	Sequillos	211
157, 193	Sobaos pasiegos	214
202	Sopa de la Reina	141
180	Sorpresas morunas	29
214	Souflé sorpresa	117
50	Tableta	189
209	Tarta de almendra	197
207	Tarta de manzana	91
144, 202	Tarta de pasas	221
137	Tarta de queso	196
91	Tarta Luisa	80
75	Tarta Mirari	173
49	Tocino de cielo	19
125	Torrijas (tostadas de pan)	139
35, 171	Tostones	159
226	Tostones de Santa Clara	163
75	Yemas de San Pablo	61



Consejos monacales

1. *No necesariamente los platos más ricos son los que se elaboran con los ingredientes más caros.* Una sencilla tortilla de patatas puede ser un manjar exquisito, si la tomamos rodeados del cariño de nuestros familiares o de nuestros amigos.

2. *Es importante cocinar con los productos de nuestra tierra.* En muchas ocasiones apreciamos más lo ajeno que lo de casa. Sólo nos damos cuenta de lo que vale una cosa cuando nos falta. Muchos emigrantes nos han comentado su añoranza por unas alubias, una fabada, o una paella durante su estancia en el extranjero.

3. *Hay que cocinar con mimo y cariño.* Todos recordamos los platos que preparaban nuestras abuelas cuando éramos niños. El amor que ponían en sus guisos, nos hicieron más bien que las vitaminas que contenían los alimentos.

4. *Si queremos llevar una buena economía familiar debemos conservar las sobras.* No tenemos que tirar nada. El pan duro puede servirnos para hacer unas deliciosas torrijas y con los restos de un pescado de la víspera, podemos elaborar unas extraordinarias croquetas. Hay mucha gente que pasa hambre en el mundo y que podría vivir con lo que nosotros despreciamos.

5. Es verdad que algunos de los nuevos aparatos incorporados a nuestras cocinas son útiles para trabajar con mayor rapidez. Pero, en todo caso, *existen diferencias entre los platos elaborados con paciencia, sin mirar el reloj, y aquellos que se confeccionan para salir del paso.* Volver, de vez en cuando, a los modos tradicionales de cocinar, relaja el espíritu y contribuye a hacer más felices a quienes nos rodean.

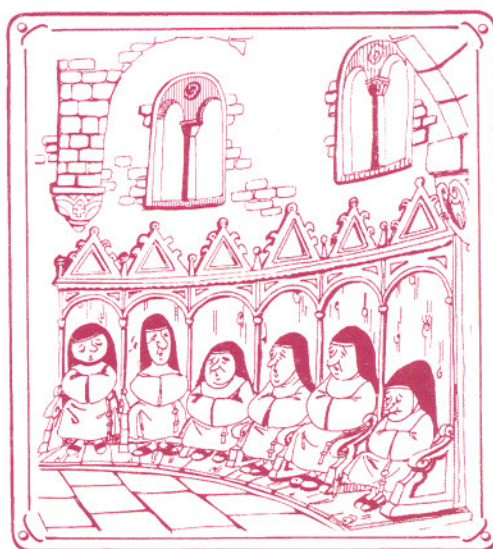
6. *Es bueno educar a los más jóvenes en el aprecio y la estima por la cocina bien hecha y por las recetas de nuestro acervo cultural.* Su sensibilidad y su estómago nos lo agradecerán.

7. *La comida no sólo nos atrae por el gusto, sino también por el olfato y la vista.* No cuesta nada rematar un plato con una sencilla decoración que lo haga más lucido y atractivo. En ocasiones, el éxito de una receta está en su presentación. Los grandes cocineros son expertos en esta materia.

8. *En la cocina hay que ser atrevido y actuar con imaginación.* Todos podemos ser "inventores" de platos sencillos e incluso más complicados. La mayor parte de las recetas que conocemos proceden de cocineros no profesionales con espíritu de innovación.

9. *Cuando se cocina hay que ser escrupuloso con la limpieza y el orden.* No es más limpio el que más limpia sino el que menos ensucia. Tener las cosas en su sitio, lavarlas cuando se han usado y cuidarlas, es un modo de actuar que debiera ser norma de conducta en toda nuestra vida.

10. *Cocinar es un arte y puede ser una obligación o una diversión gratificantes.* Como decía Sta. Teresa: "también entre pucheros anda Dios". Nosotras tratamos de vivir Su presencia gozosas y agradecidas por permitirnos hacer felices a los demás, desde los fogones de nuestros monasterios.



Coordinador de la edición: Kino Martínez.

Equipo de diseño:

Igone Arrese-Igor, Jesús Lucas y Fernando Oregi.

Equipo de maquetación:

Maite Aizpurua, José Ramón Álvarez, Iñaki Iraola, Xabier Liceaga y Maribel Marín.

Equipo de producción: Arantxa Armendariz y Txaro Martínez.

Nuestro agradecimiento a: Porcelanas del Bidasoa S.A., Estudio Irudi Ots, Aiagraf S.L., Txuri Urdiñ S.A. y a las Hnas. Clarisas, que tan amablemente admitieron que perturbáramos su vida de silencio y de oración.



Este libro se terminó de imprimir en
el año del Señor de MCMXCV
Laus Deo





Este libro incluye 218 sencillas recetas de los platos que confeccionan diariamente las Hermanas Clarisas de 71 Monasterios de la Orden en España. La recopilación ha sido realizada con motivo del VIII Centenario del Nacimiento de Santa Clara, por la Federación de Hnas. Clarisas "Nuestra Señora de Aránzazu". Incorpora además un breve recorrido histórico por cada monasterio, diversas anécdotas sobre el origen de las recetas y consejos para su elaboración, fruto de la experiencia de siglos.



9 788460 5428